Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

Din conţinuturile "Şcolii Esoterice"

GA 42/245

Traducere după:
Rudolf Steiner
ANWEISUNGEN FÜR EINE ESOTERISCHE SCHULUNG.
Aus den Inhalten der Esoterischen Schule
Editura Rudolf Steiner, Dornach/Elveţia 1968
GA 42/245

Traducători: Lazar Paşca, Mircea Crişan

Coperta: Adriana Crişan

Lectori: Liliana Dimitriu

Redactor: Agenor Crişan

©1997 Editura TRIADE Cluj-Napoca
ISBN 973-9196-18-7

EDITURA TRIADE
Str. Cetăţii Nr. 9
400166 Cluj Napoca

Tel/Fax: 021.240.13.17
Mobil: 0740.216.020; 0745.086.007
edituratriade@yahoo.com

COPERTA IV

Celui ce tinde spre o dezvoltare esoterică trebuie să-i fie limpede, înainte de orice, că în anumite propoziţii foarte simple se află ascunsă o forţă care devine activă atunci când lasă aceste propoziţii să trăiască în sufletul său. Nu cuprinde ce trebuie, dacă vrea să înţeleagă asemenea propoziţii numai cu intelectul. Ele îi vor spune foarte puţin astfel. El trebuie să lase ca întregul său interior să se umple de o asemenea propoziţie un anumit timp, să i se dăruie cu toate puterile lui sufleteşti. O asemenea propoziţie este : "Eu sunt".

În această propoziţie zace de fapt întregul mister al existenţei contemporane. Căci o asemenea propoziţie poate fi gândită, simţită şi voită în interior numai de o fiinţă care are o înfăţişare exterioară cum e aceea a omului pământean contemporan.

Rudolf Steiner

TIPĂRIT CA MANUSCRIS

Despre caracterul acestor tipărituri private Rudolf Steiner se exprimă în felul următor în autobiografia sa, ***Cursul vieţii mele*** (capitolele 35 şi 36, martie 1925):

"Conţinutul acestor comunicări era destinat comunicării prin viu grai şi nu tipăririi…

În ele nu este nicăieri afirmat ceva, nici măcar în cea mai mică măsură, ce să nu fie rezultatul cel mai pur al antroposofiei pe cale de formare…Cel care citeşte aceste tipărituri private poate să considere, în sensul cel mai deplin al cuvântului, că ele conţin ceea ce are de spus antroposofia. De aceea am putut renunţa fără reţinere …la măsura de a răspândi aceste tipărituri numai în cercul membrilor Societăţii Antroposofice. Dar trebuie să se ţină seama că în textele pe care nu le-am putut verifica, se găsesc greşeli.

Doar aceluia i se va recunoaşte formularea unei *judecăţi asupra unei astfel de tipărituri private*, care îndeplineşte premiza unei astfel de judecăţi. Şi aceasta este, pentru cele mai multe dintre aceste scrieri, *cel puţin* cunoaşterea antroposofică a omului, a cosmosului, în măsura în care esenţa sa este prezentată în antroposofie, precum şi cunoaşterea a ceea ce se găseşte ca "istorie antroposofică" în comunicările

din lumea spiritului.”

CUPRINS

În introducere: Misiunea ştiinţei spirituale — Note de la o conferinţă de la Berlin din 1903 sau 1904

I
CERINŢE GENERALE
(EXERCIŢII SECUNDARE)

Cerinţe generalecare trebuie să şi le pună fiecare, dacă vrea să parcurgă o dezvoltare ocultă

Reguli în continuarea “Cerinţelor generale”

II
EXERCIŢII PRINCIPALE

Două din exerciţiile principiale cu valabilitate generală

Explicaţii la cele două exerciţii principale cu valabilitate generală

Exerciţii principale date individual diferiţilor discipoli

III
AFORISME MANTRICE
care se pot medita în afara exerciţiilor principale şi secundare

Meditaţii care cuprin fiinţa temporală a ierarhiilor (Aforisme ale zilelor)

Alte aforisme mantrice

IV
LĂMURIRI ÎN LECŢIILE ESOTERICE

Lecţie esoterică de la Berlin, din 24 octombrie 1905 — Unica redactare de către Rudolf Steiner a unei lecţii esoterice

Note de la lecţia esoterică de la Berlin, din Vinerea Mare, aprilie 1906 — Despre unirea imaginii cu prototipul. AUM şi gândul pascal

Note de la lecţia esoterică de la Berlin, din 2 octombrie 1906 — Despre constituirea trupului spiritual prin meditaţie

Note de la lecţia esoterică de la Berlin, din 14 noiembrie 1906 — Trezirea omului la conştienţa de sine

Note de la lecţia esoterică de la München, din 6 iunie 1907 — Fundamentele unei educaţii esoterice

Note sumare de la lecţia esoterică de la Berlin, din 9 octombrie 1907 — Însemnătarea anului 1879. Discutarea unei formule de meditaţie

Note de la lecţia esoterică de la München, din 16 ianuarie 1906 şi de la Berlin, din 26 ianuarie 1908 — Despre procesul respiraţiei

V

Evanghelia cunoaşterii şi rugăciunea ei — Observaţie preliminară de Marie Steiner

Alocuţiune la punerea pietrei fundamentale a edificiului de la Dornach, la 20 Septembrie 1913

VI

Exegeze la “Lumina pe cale” de Mabel Collins

Meditaţie în legătură cu “Lumina pe cale”

Exegeză la “Vocea liniştii” de H. P. Blavatsky

Din: “Vocea liniştii” de H. P. Blavatsky

Postfaţa editorilor

Indicaţii

Ediţia completă Rudolf Steiner

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

În introducere

MISIUNEA ŞTIINŢEI SPIRITUALE

Note de la o conferinţă de la Berlin din 1903 sau 1904 [Nota 1]

Există un frumos cuvânt al lui *Hegel* [Nota 2]: Cugetarea cea mai profundă este legată de făptura lui Christos, cel istoric şi exterior. Şi măreţia religiei creştine constă în aceea că ea, se potriveşte fiecărei trepte de cultură. Poate fi înţeleasă de către conştiinţa cea mai naivă şi este în acelaşi timp o chemare spre cea mai adâncă înţelepciune.

Faptul că religia creştină este inteligibilă pentru fiecare treaptă a conştienţei, l-a arătat din plin istoria dezvoltării ei. Că ea cheamă la pătrunderea în cele mai adânci învăţături de înţelepciune ale omenirii în, asta trebuie arătat de curentul spiritual teosofic, sau ştiinţa spirituală, dacă aceasta îşi înţelege menirea. Teosofia nu este o religie ci un instrument pentru înţelegerea religiilor. Ea este, faţă de documentele religioase, cam în acelaşi raport în care se află ştiinţa matematică faţă de documentele originare care au apărut ca manuale de matematică. Poţi înţelege matematica prin propriile-ţi puteri spirituale, poţi înţelege legile spaţiului fără a ţine seamă de acea veche carte [Nota 3]. Când ai înţeles-o însă şi ai asimilat învăţăturile geometriei, vei preţui cu atât mai mult această veche carte, care a pus pentru prima oară aceste legi în faţa spiritului uman. Aşa e cu teosofia. Izvoarele ei nu se găsesc în documente. Izvoarele ei sunt în lumile spirituale reale; acolo trebuie să le găseşti şi să le cuprinzi, în timp ce îţi dezvolţi propriile forţe spirituale, aşa cum pricepi matematica străduindu-te să-ţi dezvolţi propriile puteri intelectuale. Intelectul nostru, care serveşte la sesizarea legilor lumii senzoriale, este purtat de un organ, creierul. Pentru sesizarea legilor lumilor spirituale avem, deasemenea, nevoie de organe corespunzătoare. Cum s-au dezvoltat organele noastre fizice ?

Prin aceea că asupra lor au lucrat forţe exterioare: forţele soarelui, forţele sunetului. Aşa a apărut ochiul, aşa a apărut urechea ▮ din organe insensibile şi neutre care, la început, nu îngăduiau lumii senzoriale să pătrundă ci doar cu încetul i s-au deschis. Aşa se vor deschide şi organele noastre spirituale, dacă asupra lor lucrează forţele corespunzătoare.

Care sunt deci forţele ce se năpustesc asupra organelor noastre spirituale, deocamdată insensibile ? Asupra corpului astral al omului actual se abat peste zi forţe care-i stăvilesc dezvoltarea, care anihilează şi organe ca acelea pe care le avea înainte, în timpurile în care conştienţa clară de zi încă nu i se deschisese. Înainte omul percepea nemijlocit impresii astrale. Mediul îi vorbea prin imagini, prin forme de expresie a lumii astrale. Tablouri vii, structurate în sine, culori, pluteau liber prin spaţiu, ca expresie a plăcerii şi a neplăcerii, a simpatiei şi a antipatiei. Apoi aceste culori se aşezau oarecum în jurul suprafeţei lucrurilor, obiectele căpătau contururi definite. Aceasta se petrecea pe vremea când trupul fizic al omului devenea tot mai solid şi mai structurat. Când ochii săi se deschiseră pe deplin luminii fizice, când vălul Mayei se aşează în faţa lumii spirituale, trupul astral al omului primi impresiile mediului pe calea ocolită a trupului fizic şi eteric, el le comunica apoi eului, de unde pătrundeau în conştienţa omului. El era astfel necontenit solicitat, era mereu activ. Dar forţele care lucrau asupra lui nu erau forţe plastice, formatoare, corespunzătoare naturii sale. Erau forţe care-l istoveau, îl omorau, pentru a trezi conştienţa eului. Doar noaptea, când se cufunda în lumea ritmic-spirituală omogenă lui, se întărea din nou şi putea transmite din nou forţe noi trupurilor fizic şi eteric. Din conflictul impresiilor, din anihilarea organelor astrale care înainte acţionau inconştient în om, se născuse viaţa eului individual, conştienţa de eu. Din viaţă moarte, din moarte viaţă. Cercul şarpelui era închis. Acum trebuia ca din această conştienţă trezită a eului să iasă forţele care să aprindă iarăşi viaţa în resturile mortificate ale organelor astrale anterioare, să le formeze plastic.

Spre acest ţel se mişcă omenirea, într-acolo este condusă prin învăţătorii săi, prin călăuzitorii săi, marii iniţiaţi, al căror simbol şi este şarpele. Este o educaţie înspre libertate, de aceea de durată, grea. Marii iniţiaţi ar putea să-şi uşureze atât sarcina lor, cât şi a oamenilor, dacă ar prelucra corpul astral noaptea, când acesta e liber, în aşa fel încât în el să imprime organele astrale; ar acţiona deci asupra lui din afară. Dar aceasta ar fi o acţiune în timpul conştienţei de vis a omului, o intervenţie în sfera libertăţii lui. Principiul cel mai înalt al omului, voinţa, nu s-ar dezvolta niciodată. Omul este condus progresiv. A existat o iniţiere în înţelepciune, o alta în sentiment, o alta în voinţă. Autenticul creştinism este o înmănunchere a tuturor treptelor de iniţiere. Iniţierea antichităţii era prevenirea, pregătirea. Lent şi treptat s-a emancipat noul om de iniţiatorul, de gurul său. Iniţierea se petrecea la început în deplină conştienţă de transă, dar înarmată cu mijloacele de a întipări în trupul fizic amintirea despre ceea ce se petrecuse în afara trupului fizic. De aici necesitatea de a desprinde şi trupul eteric, purtătorul memoriei, împreună cu cel astral. Amândouă se cufundau în marea înţelepciunii, în Mahadeva, în lumina lui Osiris. Această iniţiere avea loc în cea mai mare taină, în totală recluziune. Nici o adiere a lumii din afară nu era îngăduit să pătrundă până acolo. Omul era ca mort pentru viaţa exterioară, delicaţii germeni erau cultivaţi la adăpost de lumina orbitoare a zilei.

Iniţierea ieşi apoi din întunericul Misteriilor în lumina cea mai strălucitoare a zilei. Într-o personalitate mare, uriaşă, purtătoarea celui mai înalt principiu unificator, a Cuvântului care-L exprimă pe Tatăl Cel Ascuns ca manifestare a Lui, şi care prin adoptarea figurii umane a devenit Fiul Omului şi a putut deveni reprezentantul întregii umanităţi, legătura unificatoare a tuturor eurilor: în Christos, Spiritul Vieţii şi Veşnicul Unificator s-a petrecut istoric, ▮ şi în acelaşi timp simbolic ▮, iniţierea întregii omeniri pe treapta sentimentului, a trăirii în sentiment. Acest eveniment a fost de o forţă aşa încât a putut să acţioneze ulterior în fiecare ins care a trăit după el până în corpul fizic, până în urmele rănilor şi în dureri străpungătoare. Şi toate adâncurile afectivităţii fură zguduite. Se născu o intensitate a trăirii care nu se mai străbătuse niciodată omenirea în valuri atât de puternice. În iniţierea de pe cruce a iubirii dumnezeieşti avusese loc jertfirea Eului pentru toţi. Sângele, expresia fizică a Eului cursese din iubire pentru omenire şi a acţionat în aşa fel încât mii de oameni se îmbulziră la această iniţiere, la această moarte, şi îşi lăsară sângele să curgă din dragoste şi entuziasm pentru omenire. Niciodată nu s-a subliniat îndeajuns cât sânge a curs pe calea aceasta; şi oamenii nu sunt conştienţi de aceasta nici chiar în cercurile teosofice. Dar valurile de entuziasm care au coborât şi s-au înălţat în acest sânge dăruit şi-au îndeplinit menirea. Au devenit puternice surse de impulsuri. Au maturizat omul în vederea iniţierii

voinţei.

Iar aceasta este moştenirea lui Christos.

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

I
CERINŢE GENERALE
(EXERCIŢII SECUNDARE)

Cerinţe generale care trebuie să şi le pună fiecare, dacă vrea să parcurgă o dezvoltare ocultă [Nota 4]

În cele ce urmează vor fi expuse condiţiile care trebuie să stea la baza unei dezvoltări oculte. Să nu creadă nimeni că ar putea să progreseze prin diverse măsuri luate pe planul vieţii exterioare sau al celei interioare, dacă nu îndeplineşte aceste condiţii. Toate exerciţiile de meditaţie, concentrare şi celelalte vor fi fără valoare, în anumite privinţe chiar dăunătoare, dacă viaţa nu este organizată în sensul acestor condiţii. Omului nu i se pot da nici un fel de puteri; pot fi doar dezvoltate cele care se află deja în el. Acestea nu se dezvoltă de la sine, căci în faţa lor se ridică piedici exterioare şi interioare. Piedicile exterioare sunt înlăturate prin următoarele reguli de viaţă. Cele lăuntrice, prin îndrumările speciale asupra meditaţiei şi concentrării ş.a.m.d.

Prima condiţie este însuşirea unei gândiri cu totul limpede. În acest scop, chiar şi pentru foarte scurt timp din zi, să zicem pentru cinci minute, (cu cât timpul e mai lung, cu atât mai bine), trebuie să te eliberezi de mişcarea gândurilor. Trebuie să devii stăpân pe lumea gândurilor tale. Nu eşti stăpân câtă vreme relaţiile exterioare, profesia, anumite tradiţii, raporturile sociale, ba chiar apartenenţa la o anumită naţiune, ora din zi, anumite activităţi, ş.a.m.d. sunt cele care îţi impun ce şi cum să gândeşti. Pentru intervalul mai sus amintit trebuie aşadar să-ţi goleşti de bunăvoie sufletul de mişcarea obişnuită, cotidiană a gândurilor şi să te fixezi, din proprie iniţiativă cu un gând în centrul sufletului. Să nu se creadă că trebuie să fie un gând deosebit sau interesant; ceea ce trebuie atins în direcţia ocultă va fi chiar mai bine atins dacă la început te străduieşti să alegi un gând cât se poate de puţin interesant şi semnificativ. Prin aceasta puterea autonomă a gândirii, despre care e vorba, va fi mai puternic stimulată decât în cazul unui gând interesant, căci acesta atrage după sine gândirea. E mai bine să lucrezi la îndeplinirea acestei condiţii a controlului mental ocupându-te de un ac cu gămălie decât de Napoleon. Îţi zici: pornesc acum de la acest gând şi fac să se înşiruie în jurul lui, prin cea mai personală iniţiativă lăuntrică, tot ceea ce poate fi obiectiv legat de el. La sfârşitul intervalului, gândul trebuie să stea în faţa sufletului tot atât de colorat şi viu ca la început. Să se facă acest exerciţiu zi de zi, cel puţin timp de o lună; gândul poate fi schimbat în fiecare zi dar poate fi şi păstrat mai multe zile. La încheierea unui astfel de exerciţiu încercaţi să conştientizaţi deplin sentimentul interior de soliditate şi siguranţă, care va putea fi repede observat la o atenţie subtilă asupra propriului suflet, şi încheiaţi apoi exerciţiul gândindu-vă la cap şi la mijlocul spatelui (creier şi măduva spinării) ca şi cum aţi vrea să turnaţi acel sentiment în această parte a corpului.

După ce a-ţi exersat astfel timp de aproximativ o lună, puteţi adăoga o a doua cerinţă. Încercaţi să inventaţi orice acţiune pe care ştiţi sigur că nu v-aţi fi propus-o în cursul obişnuit al vieţii de până acum. Faceţi-vă singuri o datorie din îndeplinirea ei zilnică. Va fi bine dacă acţiunea aleasă va cere, pentru realizarea ei, un interval cât mai mare de timp. Totodată este bine să se înceapă cu o acţiune lipsită de importanţă, pentru care să fie nevoie ‖ ca să zicem aşa ‖ să te constrângi: de pildă să te ocupi la un anumit ceas al zilei cu udarea florii pe care ai cumpărat-o. După un timp trebuie să se alăture o a doua acţiune asemănătoare, apoi o a treia şi aşa mai departe, câte poţi îndeplini păstrând toate celelalte îndatoriri. Şi acest exerciţiu trebuie să dureze tot cam o lună. E necesar însă ca în timpul acestei a doua luni să continui cât poţi şi primul exerciţiu, chiar dacă nu exclusiv, ca în prima lună. Dar nu trebuie neglijat, căci altfel vei observa destul de repede că fructele primei luni dispar şi reîncepe vechiul tipic al gândirii necontrolate. Trebuie vegheat cu grijă ca aceste fructe, odată câştigate, să nu se piardă. Când ai în urmă, prin cel de-al doilea exerciţiu, o asemenea iniţiativă-acţiune îndeplinită, devino conştient, printr-o atenţie subtilă, de sentimentul imboldului spre activitate din lăuntrul sufletului şi toarnă acest sentiment tot aşa în trup, lăsându-l să curgă din cap până deasupra inimii.

În a treia lună noul exerciţiu va consta în concentrarea pe formarea unui calm, care să te ridice deasupra oscilaţiilor generate de plăcere şi durere, bucurie şi suferinţă; stările de "fericit până-n cer" şi "supărat de moarte" trebuie să fie înlocuite conştient cu o stare sufletească echilibrată. Eşti atent ca nici o bucurie să nu te ducă la exaltare, nici o durere să nu te doboare la pământ, nici o experienţă să nu te târască spre furie sau necaz nemăsurat, nici o aşteptare să nu te umple de nelinişte sau teamă, nici o situaţie să nu te zăpăcească ş.a.m.d. Să nu vă temeţi că un astfel de exerciţiu îl poate face pe om searbăd şi sărac în sentimente; veţi remarca mai curând că în locul a ceea ce se pierde printr-un exerciţiu ca acesta, apar însuşiri limpezite ale sufletului; îndeosebi, într-o bună zi, veţi putea simţi, prin atenţia subtilă, o linişte interioară în corp; ca şi în celelalte cazuri anterioare, vărsaţi-o în trup lăsând-o să iradieze din inimă spre mâini, picioare şi la urmă spre cap. În acest caz, firește, aşa ceva nu poate fi întreprins după fiecare exerciţiu separat, căci în fond nu cu un exerciţiu izolat avem de a face, ci cu o atenţie continuă asupra vieţii interioare a sufletului. Zilnic, măcar o dată, această linişte lăuntrică trebuie chemată înaintea sufletului, după care să se treacă la exerciţiul iradierii spre inimă. Cu exerciţiile primelor două luni trebuie procedat aşa cum s-a procedat în luna a doua cu exerciţiul primei luni.

Ca exerciţiu pentru a patra lună trebuie să-ţi însuşeşti aşa-numita pozitivitate. Ea constă din a căuta totdeauna ceea ce este bun, eminent, frumos ş.a.m.d. în toate experienţele, fiinţele şi lucrurile. Am putea caracteriza cel mai bine această însuşire a sufletului printr-o legendă persană despre Christos Isus. Pe când Acesta făcea o călătorie împreună cu ucenicii săi, văzură, pe marginea drumului un câine, intrat deja în putrefacţie. Toţi ucenicii se depărtară de dezgustătoarea privelişte, numai Christos Isus rămase, privi atent animalul şi spuse: "Ce dinţi minunaţi are animalul!" Acolo unde ceilalţi văzuseră doar lucrul respingător, urât, el căuta frumosul. Aşa trebuie să tindă discipolul esoteric spre căutarea a ceea ce este pozitiv în orice fenomen, în oricare fiinţă. El va remarca, foarte curând, că sub un înveliş urât se află o frumuseţe ascunsă, că sub înfăţişarea chiar şi a unui unui răufăcător se află ascuns ceva bun, că sub înfăţişarea unui nebun s-a ascuns într-un fel oarecare sufletul divin. Acest exerciţiu se află într-o anumită legătură cu ceea ce se numeşte înfrânarea criticii. Acest lucru nu trebuie înţeles ca şi cum de aici înainte negrului ar trebui să-i spui că e alb şi albului că e negru. Există însă o deosebire între o judecata rostită pornind doar de la propria personalitate inspirată din simpatia sau antipatia acestei singure personalităţi. Şi există un punct de vedere care

se transpune afectuos în fenomenul străin sau fiinţa străină şi se întreabă pretutindeni: "cum se face că aceasta este aşa, sau că face aşa?" Un asemenea punct de vedere ajunge de la sine să se străduiască mai degrabă să ajute imperfecţiunea decât să o critice şi să o dojenească. Nu poate fi făcută aici obiecţia că situaţiile de viaţă impun multor oameni să certe şi să judece. Căci atunci aceste situaţii de viaţă sunt tocmai de aşa natură, încât persoana în chestiune nu poate trece printr-o adevărată educaţie ocultă. Există într-adevăr multe situaţii de viaţă care fac ca o asemenea educaţie ocultă să nu fie posibilă într-o mare măsură. Atunci omul nu trebuie să ceară, cu nerăbdare, ca în ciuda situaţiei, să facă totuşi progrese care pot fi făcute numai în anumite condiţii. Cine timp de o lună, se orientează conştient spre ceea ce este pozitiv în toate experienţele sale, va remarca, treptat, că în lăuntrul său se strecoară un sentiment ca şi cum pielea sa ar deveni permeabilă din toate părţile, iar sufletul i s-ar deschide larg faţă de toate procesele tainice şi subtile din jurul său, care înainte îi scăpau cu totul atenţiei. Tocmai despre aceasta este vorba: să înfrângi neatenţia caracteristică fiecărui om faţă de asemenea fenomene subtile. Odată ce ai observat că sentimentul pe care l-am descris se impune în suflet ca un fel de seninătate, sileşte-te să-l îndrepţi, în cuget, spre inimă, şi de aici să-l laşi să curgă spre ochi şi apoi să-l faci să iradieze în spaţiu, în faţa şi în jurul omului. Vei constata că în felul acesta stabileşti un raport intim cu acest spaţiu. Ai sentimentul că creşti, într-un fel, dincolo de tine. Înveţi să priveşti o parte a ambianţei tale ca pe ceva ce-ţi aparţine. Se cere destul de multă concentrare la acest exerciţiu, şi înainte de toate, o recunoaştere a faptului că tot ce ţine de impulsivitate, pasiune, intensitate afectivă acţionează nimicitor asupra stării indicate. Cu repetarea exerciţiilor din primele două luni se procedează aşa cum s-a arătat la lunile anterioare.

În luna a cincea vei încerca să cultivi în tine sentimentul că întâmpin cu totul firesc oricare experienţă. Cu modul de gândire al unor oameni care spun faţă de un lucru tocmai auzit sau văzut: "Aşa ceva n-am mai auzit, aşa ceva n-am mai văzut vreodată, nu cred aşa ceva, e amăgire", cu un astfel de mod de a gândi trebuie să o rupă total discipolul esoteric. Trebuie să fie gata să accepte în fiecare moment o nouă experienţă. Ceea ce i s-a părut până acum lege, ceea ce a considerat ca posibil nu trebuie să constituie cătuşa care să-l oprească a primi un nou adevăr. Exemplul pe care-l vom da este desigur cam radical, dar exprimă adevărul: dacă vine cineva la discipolul esoteric şi îi spune: "Ştii că turnul bisericii X stă de astă noapte cu totul strâmb?", discipolul trebuie să lase o portiţă deschisă pentru credinţa posibilă că noţiunile sale de până acum asupra legilor naturii pot totuşi cunoaşte o lărgire printr-un fapt aparent atât de nemaipomenit. Cel care, în a cincea lună, îşi orientează atenţia spre dobândirea unui asemenea mod de a gândi, va observa că în sufletul său se strecoară un sentiment că în acel spaţiu, despre care s-a vorbit la exerciţiul lunii a patra, ceva ar căpăta viaţă, ceva începe să se mişte. Acest sentiment este deosebit de fin şi de subtil. Trebuie să te străduieşti să prinzi această subtilă vibraţie a ambianţei şi să o laşi să te pătrundă prin cele cinci simţuri, anume prin ochi, urechi şi prin piele, în sensul în care aceasta din urmă conţine simţul căldurii. Pe această treaptă de dezvoltare esoterică să se acorde mai puţină atenţie impresiilor provenite de la imboldurile din simţurile inferioare: gustul, mirosul şi pipăitul. Încă nu e pe deplin posibil, pe această treaptă, să deosebeşti numeroasele înrâuriri rele de cele bune, cu care, în acest domeniu, sunt amestecate; de aceea, discipolul va lăsa această sarcină în seama unei etape ulterioare.

În a şasea lună trebui să te străduieşti să practici sistematic toate cele cinci exerciţii mereu şi mereu într-o alternare regulată. Prin aceasta se va forma treptat un frumos echilibru sufletesc. Vei observa că dispare tot ce era nemulţumire în legătură fenomenele şi esenţa lumii. O dispoziţie interioară care împacă toate trăirile pune stăpânire pe suflet, o dispoziţie care nu este nicidecum indiferenţă, ci dimpotrivă, tocmai dă putere de a lucra cu adevărat îmbunătăţind lumea. Se deschide înţelegerea plină de linişte a acelor lucruri care mai înainte erau cu totul închise pentru suflet. Chiar mersul şi gesturile omului se schimbă sub influenţa unor asemenea exerciţii, iar într-o bună zi el va observa că şi scrisul său a căpătat un alt caracter; atunci îi este îngăduit să-şi spună că e pe cale să ajungă la o primă treaptă pe drumul spre înălţimi. Insist încă o dată asupra următoarelor două lucruri:

Întâi, că cele şase exerciţii descrise paralizează influenţa vătămătoare pe care alte exerciţii oculte pot să o aibă, astfel încât rămâne numai ce este favorabil. Al doilea, că numai ele asigură un efect pozitiv al muncii de meditaţie şi concentrare. Doar simpla aplicare scrupuloasă a moralei uzuale nu este de ajuns pentru discipolul esoteric, căci această morală poate să fie foarte egoistă, dacă omul îşi spune: vreau să fiu bun ca să fiu considerat bun. Discipolul esoteric face binele nu pentru că trebuie să fie considerat bun, ci pentru că îşi dă treptat seama că binele în sine duce evoluţia înainte, în timp ce răul şi nesăbuinţa şi urâţenia ridică obstacole în calea acestei evoluţii.

Reguli în continuarea "Cerinţelor generale" [Nota 5]

Următoarele reguli trebuie înţelese în sensul că fiecare elev esoteric îşi va organiza cât se poate de bine viaţa în aşa fel, încât să se observe şi să se ghideze permanent în vederea trăirii cerinţelor în interiorul său. Orice educaţie esoterică, mai cu seamă dacă se ridică în regiunile superioare, poate duce numai la nenorocirea şi tulburarea elevului dacă asemenea reguli nu sunt respectate. Nimeni n-are însă vreun motiv să se sperie de o asemenea educaţie dacă se străduieşte să trăiască în spiritul acestor reguli. Şi nici să-şi piardă încrederea nu este justificat, dacă ar trebui să-şi spună: "Îndeplinesc încă foarte rău cerinţa". Dacă are însă năzuinţa lăuntrică cinstită de a nu pierde din vedere aceste reguli întreaga viaţă, este deja de ajuns. Această loialitate trebuie totuşi, înainte de toate, să fie o loialitate faţă de sine însuşi. Unii se amăgesc în această privinţă. Ei spun: "Vreau să mă străduiesc într-un sens pur". Dacă s-ar cerceta însă mai de aproape, ar observa că din culise îi priveşte mult egoism ascuns, un sentiment rafinat al personalităţii; tocmai asemenea sentimente sunt cele care-şi pun masca aspiraţiei dezinteresate şi îl induc în eroare pe discipol. Niciodată nu e prea mult să realizezi o introspecţie serioasă, ca să-ţi dai seama dacă nu cumva asemenea sentimente stau ascunse în sufletul tău. Te poţi însă elibera tot mai mult de asemenea sentimente urmărind energic aplicarea regulilor pe care le expunem aici. Ele sunt :

În primul rând:

"*În conştienţa mea nu trebuie lăsată să intre nici o reprezentare neverificată*".

Încercaţi o dată să observaţi câte reprezentări, sentimente şi impulsuri volitive trăiesc în sufletul unui om, asimilate de el prin diferitele situaţii ale vieţii, profesie, relaţii familiale, apartenenţa naţională, împrejurări ale vremurilor, etc. Un asemenea conţinut al sufletului nu trebuie înţeles ca şi cum extirparea lui ar fi o faptă morală pentru toţi oamenii. Omul îşi menţine soliditatea şi siguranţa în viaţă prin faptul că îl poartă o anumită naţiune, anumite vremuri, o familie, o educaţie, etc. Dacă ar azvârli uşuratic de la sine asemenea lucruri, s-ar vedea repede fără sprijin în viaţă. Mai ales în cazul celor slabi din fire e de dorit să nu meargă prea departe în această direcţie. Anume, fiecărui discipol esoteric să-i devină limpede că respectarea acestei prime reguli trebuie să însoţească dobândirea înţelegerii pentru toate faptele, gândurile şi sentimentele şi a celorlalte fiinţe. Nu e permis ca urmarea acestor reguli să-l ducă pe cineva la anarhie sau să ajungă a-şi zice: "O rup cu toate lucrurile în mijlocul cărora m-am născut şi în care m-a pus viaţa". Din contră, cu cât verifici mai mult, cu atât înţelegi mai bine temeiul a ceea ce trăieşte în mediul tău. E vorba nu de combaterea şi respingerea trufaşă a acestor lucruri, ci de eliberarea interioară, prin verificarea atentă a tot ceea ce stă într-un anumit raport cu sufletul propriu. Din forţa acestui suflet se va răspândi atunci o lumină asupra întregii gândiri şi conduite, conştienţa se va lărgi corespunzător, şi în general vei învăţa tot mai mult să laşi să vorbească legile spirituale, care se relevează în suflet, vei învăţa să nu te mai supui orbeşte lumii înconjurătoare. E normal ca la această regulă să i se i se sublinieze: dacă omul trebuie să verifice totul, va trebui atunci să verifice mai ales învăţăturile oculte şi esoterice care i-au fost date de către îndrumătorul esoteric. E vorba de a înţelege această verificare în sensul just. Nu poţi totdeauna să verifici un lucru în mod direct, ci trebuie

adesea să organizezi această verificare în mod indirect. Nici în ziua de azi, de pildă, nimeni nu e în stare să verifice direct dacă Friederich cel Mare a trăit sau nu. El poate verifica doar dacă drumul pe care i-au venit ştirile despre Friederich cel Mare este unul demn de încredere. Verificarea trebuie făcută la locul potrivit. Aşa trebuie procedat şi cu aşa zisele credinţe bazate pe autoritate. Dacă cineva îţi transmite prin tradiţie ceva ce nu poţi cerceta personal nemijlocit, trebuie, înainte de toate, să verifici, cu materialul care-ţi stă la dispoziţie, dacă acel cineva este o autoritate demnă de încredere, dacă spune lucruri care trezesc sentimentul şi senzaţia că sunt adevărate. Se poate vedea din acest exemplu că este vorba de folosirea verificării la locul potrivit.

O a doua regulă este :

În faţa sufletului meu trebuie să stea datoria vie de a spori necontenit suma reprezentărilor mele.

Nimic nu e mai rău pentru discipolul esoteric decât să vrea să rămână la o anumită sumă de noţiuni pe care le are deja şi să vrea să înţeleagă totul cu ajutorul lor. E nespus de important să-ţi însuşeşti mereu noi şi noi reprezentări. În caz că acest lucru nu se petrece, şi discipolul va fi ajuns la viziuni suprasensibile, nu le va putea ieşi în întâmpinare cu o concepţie bine pregătită; atunci ele îl vor copleşi, fie în detrimentul său, fie cel puţin spre nemulţumirea sa; aceasta din urmă pentru că în asemenea circumstanţe el ar fi putut avea deja trăiri mult mai înalte, fără ca să le fi observat. Nu este mic numărul discipolilor care ar putea fi deja înconjuraţi de experienţe superioare, dar nu îşi dau deloc seama de aceasta, deoarece, din cauza sărăciei de reprezentări, se lasă duşi, în legătură cu aceste experienţe, de o cu totul altă aşteptare decât cea justă. În viaţa lor exterioară mulţi oameni nu înclină deloc spre comoditate; în ceea ce priveşte însă viaţa lor de reprezentare, ei simt o adevărată aversiune când e vorba să şi-o îmbogăţească, să-şi formeze noi noţiuni.

O a treia regulă este:

Ajung la cunoaşterea doar a acelor lucruri, al căror Da sau Nu nu-mi trezeşte nici simpatie nici antipatie.

Un bătrân iniţiat îşi sfătuia mereu şi mereu discipolii: veţi şti ce este nemurirea sufletului abia atunci când veţi primi dezvăluirea că după moarte sufletul este nimicit, tot atât de senin cum aţi primi-o pe aceea că sufletul trăieşte veşnic. Cât timp veţi dori să trăiţi veşnic nu veţi avea nici o reprezentare despre starea de după moarte. - Cu toate adevărurile, lucrurile stau la fel ca în acest caz important. Cât timp omul are chiar şi cea mai vagă dorinţă ca lucrurile să fie aşa sau aşa, lumina pură şi transparentă a adevărului nu poate răsări pentru el. Cine, de pildă, introspectându-se, mai are în sine dorinţa, această dorinţă îi va juca o festă şi nu-i va permite să ajungă la adevărata cunoaştere de sine.

A patra regulă este următoarea:

E de datoria mea să învinge teama în faţa aşa zisului abstract.

Cât timp discipolul esoteric depinde de noţiuni care-şi extrag substanţa din lumea simţurilor, nu poate dobândi nici un adevăr asupra lumilor superioare. El trebuie să se străduiască a-şi însuşi reprezentări eliberate de senzorial. Dintre cele patru reguli aceasta este cea mai grea, mai ales în împrejurările de viaţă ale secolului nostru. Gândirea materialistă le-a răpit oamenilor, într-un grad înalt, capacitatea de a gândi în noţiuni eliberate de senzorial. Trebuie să faci efortul de a gândi destul de des noţiuni care în realitatea exterioară senzorială nu sunt deplin prezente, ci numai aproximativ, ca de pildă noţiunea cercului. Un cerc perfect nu există nicăieri, el poate fi doar gândit, dar acest cerc gândit stă ca lege la baza tuturor figurilor în formă de cerc. Sau poţi gândi un înalt ideal moral; nici acesta nu poate fi realizat în mod desăvârşit de către vreun om, dar stă ca lege la baza multor fapte ale oamenilor. Nimeni nu poate progresa într-o dezvoltare esoterică dacă nu înţelege întreaga importanţă a acestui aşa numit abstract pentru viaţă, şi nu-şi îmbogăţeşte sufletul cu reprezentările corespunzătoare.

PENTRU ZILELE SĂPTĂMÂNII [Nota 6]

Omul trebuie să-şi îndrepte atenţia şi băgarea de seamă asupra anumitor procese sufleteşti pe care, de obicei, le lasă să se desfăşoare fără a le urmări cu grijă şi atenţie. Sunt opt asemenea procese.

Cel mai bine este, fireşte, să te ocupi pentru un timp numai cu un singur exerciţiu, de pildă timp de opt sau patrusprezece zile, apoi de al doilea, ş.a.m.d., pentru ca apoi să reîncepi cu primul. Exerciţiul al optulea însă, e recomandat să se facă zilnic. Dobândeşti treptat o justă cunoaştere de sine şi totodată îţi dai seama de progresele făcute. Mai târziu poţi, începând cu sâmbăta, să te ocupi zilnic cu încă un exerciţiu pe lângă al optulea, timp de aproximativ cinci minute, aşa încât aceeaşi zi să-şi aibă acelaşi exerciţiu. Astfel sâmbăta - exerciţiul pentru gândire, dumineca ❙ hotărârile, lunea ❙ vorbirea, marţea ❙ acţiunea, miercurea ❙ faptele, ş.a.m.d.

SÂMBĂTĂ

Atenţie la *reprezentări* (gânduri). Nutreşte numai gânduri importante. Învaţă treptat să distingi în gândurile tale esenţialul de neesenţial, veşnicul de trecător, adevărul de simpla părere.

Când îi asculţi pe semeni încearcă să aduci în lăuntrul tău o deplină tăcere şi să renunţi, atât pe planul gândirii cât şi al sentimentelor, la orice aprobare, dar mai ales la orice judecată dezaprobatoare (critică, respingere).

Aceasta e aşa numita:

"*părere justă*".

DUMINICĂ

Chiar şi la cele mai neînsemnate acţiuni să *te decizi* numai pornind de la o cumpănire bine întemeiată. Orice acţiune negândită, orice faptă nesemnificativă să fie ţinute departe de suflet. Pentru toate să ai mereu temeiuri bine chibzuite. Abţine-te neapărat de la acţiuni spre care nu te împinge un motiv important.

Dacă eşti convins de justeţea unei hotărâri luate, să te ţii de ea cu fermitate lăuntrică.

Aceasta e aşa numita:

"*judecată justă*",

care nu trebuie să depindă de simpatie şi antipatie.

LUNI

Vorbirea. Numai ceea ce are sens şi importanţă trebuie să iasă de pe buzele celui care tinde spre o dezvoltare superioară. Orice vorbire numai de dragul de a vorbi ‖ de pildă pentru a omorî timpul ‖ este dăunătoare în acest sens.

Să fie evitat felul obişnuit de conversaţie în care se spun de toate alandala. Nu trebuie însă să te înstrăinezi de contactul cu semenii. Tocmai prin contact cu ceilalţi trebuie să se dezvolte vorbirea, încetul cu încetul, înspre semnificativ. Spui şi răspunzi fiecăruia, bine judecat şi cumpănit în toate sensurile. Nu vorbeşti niciodată fără rost dar bucură-te să poţi tăcea. Nu vorbi prea mult, şi totuşi nu fi zgârcit la vorbă. Ascultă mai întâi în linişte, apoi prelucrează.

Acest exerciţiu e numit şi:

"*cuvântul just*".

MARŢI

Acţiunile exterioare. Acestea să nu-i tulbure pe semenii noştii. Când eşti îndemnat să acţionezi din lăuntru (conştiinţa), cumpăneşte cu grijă cum ai putea să corespunzi în mod optim ocaziei spre binele general, spre fericirea durabilă a semenilor, pentru veşnic.

Când acţionezi din tine însuţi ‖ din proprie iniţiativă ‖, cântăreşte în prealabil cît mai temeinic urmările modului tău de a acţiona.

Aceasta se mai numeşte şi:

"*fapta justă*".

MIERCURI

Ordonarea vieţii. Trăieşte conform cu natura şi cu spiritul, nu te consuma în nimicurile exterioare ale vieţii. Evită tot ceea ce poate aduce nelinişte şi grabă în viaţă.

Nu te pripi, dar nici leneş să nu fii. Viaţa este un mijloc pentru a putea lucra, pentru a te dezvolta superior, şi acţionează în consecinţă.

În această privinţă se vorbeşte şi despre:

"*punctul de vedere just*".

JOI

Strădania omenească. Fii cu luare aminte să nu faci nimic din ceea ce stă dincolo de puterile tale, dar nici să nu neglijezi ceva din ceea ce e cuprins în limita acestor puteri.

Priveşte dincolo de cotidian, de momentan, şi pune-ţi ţeluri (idealuri) ce stau în legătură cu îndatoririle cele mai înalte ale unui om, ca de pildă: să vrei să te dezvolţi în sensul exerciţiilor indicate, pentru a putea apoi să-i sfătuieşti şi să-i ajuţi cît mai bine pe semeni, chiar dacă nu în viitorul foarte apropiat.

Cele spuse pot fi rezumate aşa:

"*fă-ţi un obicei*
din toate exerciţiile precedente".

VINERI

Străduinţa de *a învăţa* cât mai multe de la *viaţă*.

Nimic nu trece pe lângă noi fără să ne ofere prilejul de a strânge experienţe folositoare pentru viaţă. Dacă am făcut ceva incorect sau imperfect, aceasta va fi un imbold ca pe viitor să facem lucruri asemănătoare în mod just sau desăvârşit.

Dacă-i vezi pe ceilalţi cum acţionează, observă-i într-un scop asemănător (dar nu-i privi fără dragoste). Şi nu întreprinde nimic fără a-ţi îndrepta privirea înapoi spre experienţe care-ţi pot fi de ajutor la hotărârile şi în acţiunile tale.

Dacă eşti cu luare aminte, poţi învăţa de la fiecare om, chiar şi de la copii.

Acest exerciţiu se mai numeşte şi:

"*memoria justă*",

adică să-ţi aminteşti de cele învăţate, de experienţele făcute.

REZUMAT

Priveşte din când în când în interiorul tău, măcar pentru cinci minute zilnic, la aceeaşi oră. Cufundă-te în lăuntrul tău, sfătuieşte-te cu grijă cu tine însuţi, verifică-ţi şi formează-ţi principiile de viaţă, recapitulează în gând cele ce ştii sau cele ce nu ştii, cântăreşte-ţi îndatoririle, reflectă

la conţinutul adevăratului scop al vieţii, fii sincer nemulţumit în legătură cu greşelile şi imperfecţiunile tale, cu un cuvânt: încearcă să descoperi esenţialul, statornicul, şi să-ţi propui în mod serios ţeluri corespunzătoare, legate bunăoară de virtuţile care se cer dobândite. (Să nu cazi în greşeala de a crede că ai făcut ceva bine, ci să năzuieşti mereu tot mai sus, urmând cele mai înalte modele).

Acest exerciţiu se mai numeşte şi:

"*contemplaţia justă*".

Cele douăsprezece virtuţi asupra cărora trebuie meditat şi care trebuie avute în vedere. (Virtuţile lunilor). [Nota 7]

APRILIE	Devoţion: Devoţiune (veneraţie)	devine putere de jertfă
MAI	Echilibrium: Echilibru (interior)	devine progres
IUNIE	Perseverance: Perseverenţă (Statornicie, putere de a persevera)	devine fidelitate
IULIE	Unselfishness: Dezinteresare, altruism	devine catarsis, purificare
AUGUST	Compassion: Milă	devine libertate
SEPTEMBRIE	Courtesy: Politeţe	devine tactul inimii
OCTOMBRIE	Contentment: Mulţumire	devine calm
NOIEMBRIE	Patience: Răbdare	devine înţelegere
DECEMBRIE	Control of speech: Controlul gândirii (Controlul vorbirii ❙ Stăpânirea limbii "Păzeşte-ţi limba")	devine simţ al adevărului
IANUARIE	Courage: Curaj:	devine forţă de mântuire
FEBRUARIE	Discretion: Discreţia	devine forţă de meditaţie
MARTIE	Magnanimity: Mărinimia	devine iubire

Exerciţiile să fie începute întotdeauna la 21 ale lunii anterioare, de pildă: aprilie: de la 21.3. - la 21.4.

(Expresiile în limba engleză provin probabil de la H. P. Blavatsky, vezi nota 7)

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

I
CERINŢE GENERALE
(EXERCIŢII SECUNDARE)

Cerinţe generale care trebuie să şi le pună fiecare, dacă vrea să parcurgă o dezvoltare ocultă [Nota 4]

În cele ce urmează vor fi expuse condiţiile care trebuie să stea la baza unei dezvoltări oculte. Să nu creadă nimeni că ar putea să progreseze prin diverse măsuri luate pe planul vieţii exterioare sau al celei interioare, dacă nu îndeplineşte aceste condiţii. Toate exerciţiile de meditaţie, concentrare şi celelalte vor fi fără valoare, în anumite privinţe chiar dăunătoare, dacă viaţa nu este organizată în sensul acestor condiţii. Omului nu i se pot da nici un fel de puteri; pot fi doar dezvoltate cele care se află deja în el. Acestea nu se dezvoltă de la sine, căci în faţa lor se ridică piedici exterioare şi interioare. Piedicile exterioare sunt înlăturate prin următoarele reguli de viaţă. Cele lăuntrice, prin îndrumările speciale asupra meditaţiei şi concentrării ş.a.m.d.

Prima condiţie este însuşirea unei gândiri cu totul limpede. În acest scop, chiar şi pentru foarte scurt timp din zi, să zicem pentru cinci minute, (cu cât timpul e mai lung, cu atât mai bine), trebuie să te eliberezi de mişcarea gândurilor. Trebuie să devii stăpân pe lumea gândurilor tale. Nu eşti stăpân câtă vreme relaţiile exterioare, profesia, anumite tradiţii, raporturile sociale, ba chiar apartenenţa la o anumită naţiune, ora din zi, anumite activităţi, ş.a.m.d. sunt cele care îţi impun ce şi cum să gândeşti. Pentru intervalul mai sus amintit trebuie aşadar să-ţi goleşti de bunăvoie sufletul de mişcarea obişnuită, cotidiană a gândurilor şi să te fixezi, din proprie iniţiativă cu un gând în centrul sufletului. Să nu se creadă că trebuie să fie un gând deosebit sau interesant; ceea ce trebuie atins în direcţia ocultă va fi chiar mai bine atins dacă la început te străduieşti să alegi un gând cât se poate de puţin interesant şi semnificativ. Prin aceasta puterea autonomă a gândirii, despre care e vorba, va fi mai puternic stimulată decât în cazul unui gând interesant, căci acesta atrage după sine gândirea. E mai bine să lucrezi la îndeplinirea acestei condiţii a controlului mental ocupându-te de un ac cu gămălie decât de Napoleon. Îţi zici: pornesc acum de la acest gând şi fac să se înşiruie în jurul lui, prin cea mai personală iniţiativă lăuntrică, tot ceea ce poate fi obiectiv legat de el. La sfârşitul intervalului, gândul trebuie să stea în faţa sufletului tot atât de colorat şi viu ca la început. Să se facă acest exerciţiu zi de zi, cel puţin timp de o lună; gândul poate fi schimbat în fiecare zi dar poate fi şi păstrat mai multe zile. La încheierea unui astfel de exerciţiu încercaţi să conştientizaţi deplin sentimentul interior de soliditate şi siguranţă, care va putea fi repede observat la o atenţie subtilă asupra propriului suflet, şi încheiaţi apoi exerciţiul gândindu-vă la cap şi la mijlocul spatelui (creier şi măduva spinării) ca şi cum aţi vrea să turnaţi acel sentiment în această parte a corpului.

După ce a-ţi exersat astfel timp de aproximativ o lună, puteţi adăoga o a doua cerinţă. Încercaţi să inventaţi orice acţiune pe care ştiţi sigur că nu v-aţi fi propus-o în cursul obişnuit al vieţii de până acum. Faceţi-vă singuri o datorie din îndeplinirea ei zilnică. Va fi bine dacă acţiunea aleasă va cere, pentru realizarea ei, un interval cât mai mare de timp. Totodată este bine să se înceapă cu o acţiune lipsită de importanţă, pentru care să fie nevoie ‖ ca să zicem aşa ‖ să te constrângi: de pildă să te ocupi la un anumit ceas al zilei cu udarea florii pe care ai cumpărat-o. După un timp trebuie să se alăture o a doua acţiune asemănătoare, apoi o a treia şi aşa mai departe, câte poţi îndeplini păstrând toate celelalte îndatoriri. Şi acest exerciţiu trebuie să dureze tot cam o lună. E necesar însă ca în timpul acestei a doua luni să continui cât poţi şi primul exerciţiu, chiar dacă nu exclusiv, ca în prima lună. Dar nu trebuie neglijat, căci altfel vei observa destul de repede că fructele primei luni dispar şi reîncepe vechiul tipic al gândirii necontrolate. Trebuie vegheat cu grijă ca aceste fructe, odată câştigate, să nu se piardă. Când ai în urmă, prin cel de-al doilea exerciţiu, o asemenea iniţiativă-acţiune îndeplinită, devino conştient, printr-o atenţie subtilă, de sentimentul imboldului spre activitate din lăuntrul sufletului şi toarnă acest sentiment tot aşa în trup, lăsându-l să curgă din cap până deasupra inimii.

În a treia lună noul exerciţiu va consta în concentrarea pe formarea unui calm, care să te ridice deasupra oscilaţiilor generate de plăcere şi durere, bucurie şi suferinţă; stările de "fericit până-n cer" şi "supărat de moarte" trebuie să fie înlocuite conştient cu o stare sufletească echilibrată. Eşti atent ca nici o bucurie să nu te ducă la exaltare, nici o durere să nu te doboare la pământ, nici o experienţă să nu te târască spre furie sau necaz nemăsurat, nici o aşteptare să nu te umple de nelinişte sau teamă, nici o situaţie să nu te zăpăcească ş.a.m.d. Să nu vă temeţi că un astfel de exerciţiu îl poate face pe om searbăd şi sărac în sentimente; veţi remarca mai curând că în locul a ceea ce se pierde printr-un exerciţiu ca acesta, apar însuşiri limpezite ale sufletului; îndeosebi, într-o bună zi, veţi putea simţi, prin atenţia subtilă, o linişte interioară în corp; ca şi în celelalte cazuri anterioare, vărsaţi-o în trup lăsând-o să iradieze din inimă spre mâini, picioare şi la urmă spre cap. În acest caz, firește, aşa ceva nu poate fi întreprins după fiecare exerciţiu separat, căci în fond nu cu un exerciţiu izolat avem de a face, ci cu o atenţie continuă asupra vieţii interioare a sufletului. Zilnic, măcar o dată, această linişte lăuntrică trebuie chemată înaintea sufletului, după care să se treacă la exerciţiul iradierii spre inimă. Cu exerciţiile primelor două luni trebuie procedat aşa cum s-a procedat în luna a doua cu exerciţiul primei luni.

Ca exerciţiu pentru a patra lună trebuie să-ţi însuşeşti aşa-numita pozitivitate. Ea constă din a căuta totdeauna ceea ce este bun, eminent, frumos ş.a.m.d. în toate experienţele, fiinţele şi lucrurile. Am putea caracteriza cel mai bine această însuşire a sufletului printr-o legendă persană despre Christos Isus. Pe când Acesta făcea o călătorie împreună cu ucenicii săi, văzură, pe marginea drumului un câine, intrat deja în putrefacţie. Toţi ucenicii se depărtară de dezgustătoarea privelişte, numai Christos Isus rămase, privi atent animalul şi spuse: "Ce dinţi minunaţi are animalul!" Acolo unde ceilalţi văzuseră doar lucrul respingător, urât, el căuta frumosul. Aşa trebuie să tindă discipolul esoteric spre căutarea a ceea ce este pozitiv în orice fenomen, în oricare fiinţă. El va remarca, foarte curând, că sub un înveliş urât se află o frumuseţe ascunsă, că sub înfăţişarea chiar şi a unui unui răufăcător se află ascuns ceva bun, că sub înfăţişarea unui nebun s-a ascuns într-un fel oarecare sufletul divin. Acest exerciţiu se află într-o anumită legătură cu ceea ce se numeşte înfrânarea criticii. Acest lucru nu trebuie înţeles ca şi cum de aici înainte negrului ar trebui să-i spui că e alb şi albului că e negru. Există însă o deosebire între o judecata rostită pornind doar de la propria personalitate inspirată din simpatia sau antipatia acestei singure personalităţi. Şi există un punct de vedere care

se transpune afectuos în fenomenul străin sau fiinţa străină şi se întreabă pretutindeni: "cum se face că aceasta este aşa, sau că face aşa?" Un asemenea punct de vedere ajunge de la sine să se străduiască mai degrabă să ajute imperfecţiunea decât să o critice şi să o dojenească. Nu poate fi făcută aici obiecţia că situaţiile de viaţă impun multor oameni să certe şi să judece. Căci atunci aceste situaţii de viaţă sunt tocmai de aşa natură, încât persoana în chestiune nu poate trece printr-o adevărată educaţie ocultă. Există într-adevăr multe situaţii de viaţă care fac ca o asemenea educaţie ocultă să nu fie posibilă într-o mare măsură. Atunci omul nu trebuie să ceară, cu nerăbdare, ca în ciuda situaţiei, să facă totuşi progrese care pot fi făcute numai în anumite condiţii. Cine timp de o lună, se orientează conştient spre ceea ce este pozitiv în toate experienţele sale, va remarca, treptat, că în lăuntrul său se strecoară un sentiment ca şi cum pielea sa ar deveni permeabilă din toate părţile, iar sufletul i s-ar deschide larg faţă de toate procesele tainice şi subtile din jurul său, care înainte îi scăpau cu totul atenţiei. Tocmai despre aceasta este vorba: să înfrângi neatenţia caracteristică fiecărui om faţă de asemenea fenomene subtile. Odată ce ai observat că sentimentul pe care l-am descris se impune în suflet ca un fel de seninătate, sileşte-te să-l îndrepţi, în cuget, spre inimă, şi de aici să-l laşi să curgă spre ochi şi apoi să-l faci să iradieze în spaţiu, în faţa şi în jurul omului. Vei constata că în felul acesta stabileşti un raport intim cu acest spaţiu. Ai sentimentul că creşti, într-un fel, dincolo de tine. Înveţi să priveşti o parte a ambianţei tale ca pe ceva ce-ţi aparţine. Se cere destul de multă concentrare la acest exerciţiu, şi înainte de toate, o recunoaştere a faptului că tot ce ţine de impulsivitate, pasiune, intensitate afectivă acţionează nimicitor asupra stării indicate. Cu repetarea exerciţiilor din primele două luni se procedează aşa cum s-a arătat la lunile anterioare.

În luna a cincea vei încerca să cultivi în tine sentimentul că întâmpin cu totul firesc oricare experienţă. Cu modul de gândire al unor oameni care spun faţă de un lucru tocmai auzit sau văzut: "Aşa ceva n-am mai auzit, aşa ceva n-am mai văzut vreodată, nu cred aşa ceva, e amăgire", cu un astfel de mod de a gândi trebuie să o rupă total discipolul esoteric. Trebuie să fie gata să accepte în fiecare moment o nouă experienţă. Ceea ce i s-a părut până acum lege, ceea ce a considerat ca posibil nu trebuie să constituie cătuşa care să-l oprească a primi un nou adevăr. Exemplul pe care-l vom da este desigur cam radical, dar exprimă adevărul: dacă vine cineva la discipolul esoteric şi îi spune: "Ştii că turnul bisericii X stă de astă noapte cu totul strâmb?", discipolul trebuie să lase o portiţă deschisă pentru credinţa posibilă că noţiunile sale de până acum asupra legilor naturii pot totuşi cunoaşte o lărgire printr-un fapt aparent atât de nemaipomenit. Cel care, în a cincea lună, îşi orientează atenţia spre dobândirea unui asemenea mod de a gândi, va observa că în sufletul său se strecoară un sentiment că în acel spaţiu, despre care s-a vorbit la exerciţiul lunii a patra, ceva ar căpăta viaţă, ceva începe să se mişte. Acest sentiment este deosebit de fin şi de subtil. Trebuie să te străduieşti să prinzi această subtilă vibraţie a ambianţei şi să o laşi să te pătrundă prin cele cinci simţuri, anume prin ochi, urechi şi prin piele, în sensul în care aceasta din urmă conţine simţul căldurii. Pe această treaptă de dezvoltare esoterică să se acorde mai puţină atenţie impresiilor provenite de la imboldurile din simţurile inferioare: gustul, mirosul şi pipăitul. Încă nu e pe deplin posibil, pe această treaptă, să deosebeşti numeroasele înrâuriri rele de cele bune, cu care, în acest domeniu, sunt amestecate; de aceea, discipolul va lăsa această sarcină în seama unei etape ulterioare.

În a şasea lună trebui să te străduieşti să practici sistematic toate cele cinci exerciţii mereu şi mereu într-o alternare regulată. Prin aceasta se va forma treptat un frumos echilibru sufletesc. Vei observa că dispare tot ce era nemulţumire în legătură fenomenele şi esenţa lumii. O dispoziţie interioară care împacă toate trăirile pune stăpânire pe suflet, o dispoziţie care nu este nicidecum indiferenţă, ci dimpotrivă, tocmai dă putere de a lucra cu adevărat îmbunătăţind lumea. Se deschide înţelegerea plină de linişte a acelor lucruri care mai înainte erau cu totul închise pentru suflet. Chiar mersul şi gesturile omului se schimbă sub influenţa unor asemenea exerciţii, iar într-o bună zi el va observa că şi scrisul său a căpătat un alt caracter; atunci îi este îngăduit să-şi spună că e pe cale să ajungă la o primă treaptă pe drumul spre înălţimi. Insist încă o dată asupra următoarelor două lucruri:

Întâi, că cele şase exerciţii descrise paralizează influenţa vătămătoare pe care alte exerciţii oculte pot să o aibă, astfel încât rămâne numai ce este favorabil. Al doilea, că numai ele asigură un efect pozitiv al muncii de meditaţie şi concentrare. Doar simpla aplicare scrupuloasă a moralei uzuale nu este de ajuns pentru discipolul esoteric, căci această morală poate să fie foarte egoistă, dacă omul îşi spune: vreau să fiu bun ca să fiu considerat bun. Discipolul esoteric face binele nu pentru că trebuie să fie considerat bun, ci pentru că îşi dă treptat seama că binele în sine duce evoluţia înainte, în timp ce răul şi nesăbuinţa şi urâţenia ridică obstacole în calea acestei evoluţii.

Reguli în continuarea "Cerinţelor generale" [Nota 5]

Următoarele reguli trebuie înţelese în sensul că fiecare elev esoteric îşi va organiza cât se poate de bine viaţa în aşa fel, încât să se observe şi să se ghideze permanent în vederea trăirii cerinţelor în interiorul său. Orice educaţie esoterică, mai cu seamă dacă se ridică în regiunile superioare, poate duce numai la nenorocirea şi tulburarea elevului dacă asemenea reguli nu sunt respectate. Nimeni n-are însă vreun motiv să se sperie de o asemenea educaţie dacă se străduieşte să trăiască în spiritul acestor reguli. Şi nici să-şi piardă încrederea nu este justificat, dacă ar trebui să-şi spună: "Îndeplinesc încă foarte rău cerinţa". Dacă are însă năzuinţa lăuntrică cinstită de a nu pierde din vedere aceste reguli întreaga viaţă, este deja de ajuns. Această loialitate trebuie totuşi, înainte de toate, să fie o loialitate faţă de sine însuşi. Unii se amăgesc în această privinţă. Ei spun: "Vreau să mă străduiesc într-un sens pur". Dacă s-ar cerceta însă mai de aproape, ar observa că din culise îi priveşte mult egoism ascuns, un sentiment rafinat al personalităţii; tocmai asemenea sentimente sunt cele care-şi pun masca aspiraţiei dezinteresate şi îl induc în eroare pe discipol. Niciodată nu e prea mult să realizezi o introspecţie serioasă, ca să-ţi dai seama dacă nu cumva asemenea sentimente stau ascunse în sufletul tău. Te poţi însă elibera tot mai mult de asemenea sentimente urmărind energic aplicarea regulilor pe care le expunem aici. Ele sunt :

În primul rând:

"*În conştienţa mea nu trebuie lăsată să intre nici o reprezentare neverificată*".

Încercaţi o dată să observaţi câte reprezentări, sentimente şi impulsuri volitive trăiesc în sufletul unui om, asimilate de el prin diferitele situaţii ale vieţii, profesie, relaţii familiale, apartenenţa naţională, împrejurări ale vremurilor, etc. Un asemenea conţinut al sufletului nu trebuie înţeles ca şi cum extirparea lui ar fi o faptă morală pentru toţi oamenii. Omul îşi menţine soliditatea şi siguranţa în viaţă prin faptul că îl poartă o anumită naţiune, anumite vremuri, o familie, o educaţie, etc. Dacă ar azvârli uşuratic de la sine asemenea lucruri, s-ar vedea repede fără sprijin în viaţă. Mai ales în cazul celor slabi din fire e de dorit să nu meargă prea departe în această direcţie. Anume, fiecărui discipol esoteric să-i devină limpede că respectarea acestei prime reguli trebuie să însoţească dobândirea înţelegerii pentru toate faptele, gândurile şi sentimentele şi a celorlalte fiinţe. Nu e permis ca urmarea acestor reguli să-l ducă pe cineva la anarhie sau să ajungă a-şi zice: "O rup cu toate lucrurile în mijlocul cărora m-am născut şi în care m-a pus viaţa". Din contră, cu cât verifici mai mult, cu atât înţelegi mai bine temeiul a ceea ce trăieşte în mediul tău. E vorba nu de combaterea şi respingerea trufaşă a acestor lucruri, ci de eliberarea interioară, prin verificarea atentă a tot ceea ce stă într-un anumit raport cu sufletul propriu. Din forţa acestui suflet se va răspândi atunci o lumină asupra întregii gândiri şi conduite, conştienţa se va lărgi corespunzător, şi în general vei învăţa tot mai mult să laşi să vorbească legile spirituale, care se relevează în suflet, vei învăţa să nu te mai supui orbeşte lumii înconjurătoare. E normal ca la această regulă să i se i se sublinieze: dacă omul trebuie să verifice totul, va trebui atunci să verifice mai ales învăţăturile oculte şi esoterice care i-au fost date de către îndrumătorul esoteric. E vorba de a înţelege această verificare în sensul just. Nu poţi totdeauna să verifici un lucru în mod direct, ci trebuie

adesea să organizezi această verificare în mod indirect. Nici în ziua de azi, de pildă, nimeni nu e în stare să verifice direct dacă Friederich cel Mare a trăit sau nu. El poate verifica doar dacă drumul pe care i-au venit ştirile despre Friederich cel Mare este unul demn de încredere. Verificarea trebuie făcută la locul potrivit. Aşa trebuie procedat şi cu aşa zisele credinţe bazate pe autoritate. Dacă cineva îţi transmite prin tradiţie ceva ce nu poţi cerceta personal nemijlocit, trebuie, înainte de toate, să verifici, cu materialul care-ţi stă la dispoziţie, dacă acel cineva este o autoritate demnă de încredere, dacă spune lucruri care trezesc sentimentul şi senzaţia că sunt adevărate. Se poate vedea din acest exemplu că este vorba de folosirea verificării la locul potrivit.

O a doua regulă este :

În faţa sufletului meu trebuie să stea datoria vie de a spori necontenit suma reprezentărilor mele.

Nimic nu e mai rău pentru discipolul esoteric decât să vrea să rămână la o anumită sumă de noţiuni pe care le are deja şi să vrea să înţeleagă totul cu ajutorul lor. E nespus de important să-ţi însuşeşti mereu noi şi noi reprezentări. În caz că acest lucru nu se petrece, şi discipolul va fi ajuns la viziuni suprasensibile, nu le va putea ieşi în întâmpinare cu o concepţie bine pregătită; atunci ele îl vor copleşi, fie în detrimentul său, fie cel puţin spre nemulţumirea sa; aceasta din urmă pentru că în asemenea circumstanţe el ar fi putut avea deja trăiri mult mai înalte, fără ca să le fi observat. Nu este mic numărul discipolilor care ar putea fi deja înconjuraţi de experienţe superioare, dar nu îşi dau deloc seama de aceasta, deoarece, din cauza sărăciei de reprezentări, se lasă duşi, în legătură cu aceste experienţe, de o cu totul altă aşteptare decât cea justă. În viaţa lor exterioară mulţi oameni nu înclină deloc spre comoditate; în ceea ce priveşte însă viaţa lor de reprezentare, ei simt o adevărată aversiune când e vorba să şi-o îmbogăţească, să-şi formeze noi noţiuni.

O a treia regulă este:

Ajung la cunoaşterea doar a acelor lucruri, al căror Da sau Nu nu-mi trezeşte nici simpatie nici antipatie.

Un bătrân iniţiat îşi sfătuia mereu şi mereu discipolii: veţi şti ce este nemurirea sufletului abia atunci când veţi primi dezvăluirea că după moarte sufletul este nimicit, tot atât de senin cum aţi primi-o pe aceea că sufletul trăieşte veşnic. Cât timp veţi dori să trăiţi veşnic nu veţi avea nici o reprezentare despre starea de după moarte. - Cu toate adevărurile, lucrurile stau la fel ca în acest caz important. Cât timp omul are chiar şi cea mai vagă dorinţă ca lucrurile să fie aşa sau aşa, lumina pură şi transparentă a adevărului nu poate răsări pentru el. Cine, de pildă, introspectându-se, mai are în sine dorinţa, această dorinţă îi va juca o festă şi nu-i va permite să ajungă la adevărata cunoaştere de sine.

A patra regulă este următoarea:

E de datoria mea să învinge teama în faţa aşa zisului abstract.

Cât timp discipolul esoteric depinde de noţiuni care-şi extrag substanţa din lumea simţurilor, nu poate dobândi nici un adevăr asupra lumilor superioare. El trebuie să se străduiască a-şi însuşi reprezentări eliberate de senzorial. Dintre cele patru reguli aceasta este cea mai grea, mai ales în împrejurările de viaţă ale secolului nostru. Gândirea materialistă le-a răpit oamenilor, într-un grad înalt, capacitatea de a gândi în noţiuni eliberate de senzorial. Trebuie să faci efortul de a gândi destul de des noţiuni care în realitatea exterioară senzorială nu sunt deplin prezente, ci numai aproximativ, ca de pildă noţiunea cercului. Un cerc perfect nu există nicăieri, el poate fi doar gândit, dar acest cerc gândit stă ca lege la baza tuturor figurilor în formă de cerc. Sau poţi gândi un înalt ideal moral; nici acesta nu poate fi realizat în mod desăvârşit de către vreun om, dar stă ca lege la baza multor fapte ale oamenilor. Nimeni nu poate progresa într-o dezvoltare esoterică dacă nu înţelege întreaga importanţă a acestui aşa numit abstract pentru viaţă, şi nu-şi îmbogăţeşte sufletul cu reprezentările corespunzătoare.

PENTRU ZILELE SĂPTĂMÂNII [Nota 6]

Omul trebuie să-şi îndrepte atenţia şi băgarea de seamă asupra anumitor procese sufleteşti pe care, de obicei, le lasă să se desfăşoare fără a le urmări cu grijă şi atenţie. Sunt opt asemenea procese.

Cel mai bine este, fireşte, să te ocupi pentru un timp numai cu un singur exerciţiu, de pildă timp de opt sau patrusprezece zile, apoi de al doilea, ş.a.m.d., pentru ca apoi să reîncepi cu primul. Exerciţiul al optulea însă, e recomandat să se facă zilnic. Dobândeşti treptat o justă cunoaştere de sine şi totodată îţi dai seama de progresele făcute. Mai târziu poţi, începând cu sâmbăta, să te ocupi zilnic cu încă un exerciţiu pe lângă al optulea, timp de aproximativ cinci minute, aşa încât aceeaşi zi să-şi aibă acelaşi exerciţiu. Astfel sâmbăta - exerciţiul pentru gândire, dumineca ❙ hotărârile, lunea ❙ vorbirea, marţea ❙ acţiunea, miercurea ❙ faptele, ş.a.m.d.

SÂMBĂTĂ

Atenţie la *reprezentări* (gânduri). Nutreşte numai gânduri importante. Învaţă treptat să distingi în gândurile tale esenţialul de neesenţial, veşnicul de trecător, adevărul de simpla părere.

Când îi asculţi pe semeni încearcă să aduci în lăuntrul tău o deplină tăcere şi să renunţi, atât pe planul gândirii cât şi al sentimentelor, la orice aprobare, dar mai ales la orice judecată dezaprobatoare (critică, respingere).

Aceasta e aşa numita:

"*părere justă*".

DUMINICĂ

Chiar şi la cele mai neînsemnate acţiuni să *te decizi* numai pornind de la o cumpănire bine întemeiată. Orice acţiune negândită, orice faptă nesemnificativă să fie ţinute departe de suflet. Pentru toate să ai mereu temeiuri bine chibzuite. Abţine-te neapărat de la acţiuni spre care nu te împinge un motiv important.

Dacă eşti convins de justeţea unei hotărâri luate, să te ţii de ea cu fermitate lăuntrică.

Aceasta e aşa numita:

"*judecată justă*",

care nu trebuie să depindă de simpatie şi antipatie.

LUNI

Vorbirea. Numai ceea ce are sens şi importanţă trebuie să iasă de pe buzele celui care tinde spre o dezvoltare superioară. Orice vorbire numai de dragul de a vorbi ‖ de pildă pentru a omorî timpul ‖ este dăunătoare în acest sens.

Să fie evitat felul obişnuit de conversaţie în care se spun de toate alandala. Nu trebuie însă să te înstrăinezi de contactul cu semenii. Tocmai prin contact cu ceilalţi trebuie să se dezvolte vorbirea, încetul cu încetul, înspre semnificativ. Spui şi răspunzi fiecăruia, bine judecat şi cumpănit în toate sensurile. Nu vorbeşti niciodată fără rost dar bucură-te să poţi tăcea. Nu vorbi prea mult, şi totuşi nu fi zgârcit la vorbă. Ascultă mai întâi în linişte, apoi prelucrează.

Acest exerciţiu e numit şi:

"*cuvântul just*".

MARŢI

Acţiunile exterioare. Acestea să nu-i tulbure pe semenii noştii. Când eşti îndemnat să acţionezi din lăuntru (conştiinţa), cumpăneşte cu grijă cum ai putea să corespunzi în mod optim ocaziei spre binele general, spre fericirea durabilă a semenilor, pentru veşnic.

Când acţionezi din tine însuţi ‖ din proprie iniţiativă ‖, cântăreşte în prealabil cît mai temeinic urmările modului tău de a acţiona.

Aceasta se mai numeşte şi:

"*fapta justă*".

MIERCURI

Ordonarea vieţii. Trăieşte conform cu natura şi cu spiritul, nu te consuma în nimicurile exterioare ale vieţii. Evită tot ceea ce poate aduce nelinişte şi grabă în viaţă.

Nu te pripi, dar nici leneş să nu fii. Viaţa este un mijloc pentru a putea lucra, pentru a te dezvolta superior, şi acţionează în consecinţă.

În această privinţă se vorbeşte şi despre:

"*punctul de vedere just*".

JOI

Strădania omenească. Fii cu luare aminte să nu faci nimic din ceea ce stă dincolo de puterile tale, dar nici să nu neglijezi ceva din ceea ce e cuprins în limita acestor puteri.

Priveşte dincolo de cotidian, de momentan, şi pune-ţi ţeluri (idealuri) ce stau în legătură cu îndatoririle cele mai înalte ale unui om, ca de pildă: să vrei să te dezvolţi în sensul exerciţiilor indicate, pentru a putea apoi să-i sfătuieşti şi să-i ajuţi cît mai bine pe semeni, chiar dacă nu în viitorul foarte apropiat.

Cele spuse pot fi rezumate aşa:

"*fă-ţi un obicei*
din toate exerciţiile precedente".

VINERI

Străduinţa de *a învăţa* cât mai multe de la *viaţă*.

Nimic nu trece pe lângă noi fără să ne ofere prilejul de a strânge experienţe folositoare pentru viaţă. Dacă am făcut ceva incorect sau imperfect, aceasta va fi un imbold ca pe viitor să facem lucruri asemănătoare în mod just sau desăvârşit.

Dacă-i vezi pe ceilalţi cum acţionează, observă-i într-un scop asemănător (dar nu-i privi fără dragoste). Şi nu întreprinde nimic fără a-ţi îndrepta privirea înapoi spre experienţe care-ţi pot fi de ajutor la hotărârile şi în acţiunile tale.

Dacă eşti cu luare aminte, poţi învăţa de la fiecare om, chiar şi de la copii.

Acest exerciţiu se mai numeşte şi:

"*memoria justă*",

adică să-ţi aminteşti de cele învăţate, de experienţele făcute.

REZUMAT

Priveşte din când în când în interiorul tău, măcar pentru cinci minute zilnic, la aceeaşi oră. Cufundă-te în lăuntrul tău, sfătuieşte-te cu grijă cu tine însuţi, verifică-ţi şi formează-ţi principiile de viaţă, recapitulează în gând cele ce ştii sau cele ce nu ştii, cântăreşte-ţi îndatoririle, reflectă

la conţinutul adevăratului scop al vieţii, fii sincer nemulţumit în legătură cu greşelile şi imperfecţiunile tale, cu un cuvânt: încearcă să descoperi esenţialul, statornicul, şi să-ţi propui în mod serios ţeluri corespunzătoare, legate bunăoară de virtuţile care se cer dobândite. (Să nu cazi în greşeala de a crede că ai făcut ceva bine, ci să năzuieşti mereu tot mai sus, urmând cele mai înalte modele).

Acest exerciţiu se mai numeşte şi:

"*contemplaţia justă*".

Cele douăsprezece virtuţi asupra cărora trebuie meditat şi care trebuie avute în vedere. (Virtuţile lunilor). [Nota 7]

APRILIE	Devoţion: Devoţiune (veneraţie)	devine putere de jertfă
MAI	Echilibrium: Echilibru (interior)	devine progres
IUNIE	Perseverance: Perseverenţă (Statornicie, putere de a persevera)	devine fidelitate
IULIE	Unselfishness: Dezinteresare, altruism	devine catarsis, purificare
AUGUST	Compassion: Milă	devine libertate
SEPTEMBRIE	Courtesy: Politeţe	devine tactul inimii
OCTOMBRIE	Contentment: Mulţumire	devine calm
NOIEMBRIE	Patience: Răbdare	devine înţelegere
DECEMBRIE	Control of speech: Controlul gândirii (Controlul vorbirii ❙ Stăpânirea limbii "Păzeşte-ţi limba")	devine simţ al adevărului
IANUARIE	Courage: Curaj:	devine forţă de mântuire
FEBRUARIE	Discretion: Discreţia	devine forţă de meditaţie
MARTIE	Magnanimity: Mărinimia	devine iubire

Exerciţiile să fie începute întotdeauna la 21 ale lunii anterioare, de pildă: aprilie: de la 21.3. - la 21.4.

(Expresiile în limba engleză provin probabil de la H. P. Blavatsky, vezi nota 7)

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

II
EXERCIŢII PRINCIPALE

Două din exerciţiile principiale cu valabilitate generală [Nota 8]

I

Dis de dimineaţă, imediat după trezire, înainte ca alte impresii să fi pătruns în suflet, te dărui meditaţiei. Te străduieşti să faci cu totul linişte în lăuntrul tău, adică să desprinzi întreaga atenţie de impresiile exterioare, precum şi de toate amintirile legate de viaţa cotidiană. Încerci, de asemenea, să-ţi eliberezi sufletul de toate supărările şi grijile care, te apasă poate în aceste momente, vor vrea să te năpădească. După aceasta începe meditaţia. Ca să-ţi uşurezi liniştea interioară, îndreaptă-ţi mai întâi conştienţa asupra unei singure reprezentări, să zicem *"liniştea"*, cufundă-te în ea pe deplin, după care fă-o să dispară din conştienţă, astfel încât în suflet să nu mai rămână nici o reprezentare, şi să poată primi viaţă în el doar conţinutul următoarelor şapte rânduri. Aceste şapte rânduri trebuie acum să trăiască *cinci* minute în conştienţă. Dacă vor să dea năvală alte reprezentări, te reîntorci mereu la aceste şapte rânduri în care încerci să te adânceşti cu totul.

În razele curate ale luminii
Străluceşte Divinitatea lumii.
În iubirea curată faţă de toate fiinţele
Radiază dumnezeirea sufletului meu.
Mă odihnesc în Divinitatea lumii;
Mă voi găsi pe mine însumi
În Divinitatea lumii.

In den reinen Strahlen des Lichtes
Erglänzt die Gottheit der Welt.
In der reinen Liebe zu allen Wesen
Erstrahlt die Göttlichkeit meiner Seele.
Ich ruhe in der Gottheit der Welt;
Ich werde mich selbst finden
In der Gottheit der Welt

După ce ai exersat acest conţinut cinci minute, treci la cele ce urmează.

Inspiri o dată, liniştit şi puternic; după inspiraţie expiri imediat, la fel de liniştit şi puternic, în aşa fel încât între inspiraţie şi expiraţie să nu fie nici o pauză. Te abţii apoi un scurt timp de la respiraţie, străduindu-te totodată să laşi aerul cu totul în afara corpului.

Trebuie respectate cu aproximaţie următoarele raporturi de timp: durata inspiraţiei este la voia fiecăruia, în funcţie de forţele de care dispune; durata expiraţiei trebuie să fie dublă faţă de a inspiraţiei, iar reţinerea respiraţiei durează de trei ori cât inspiraţia. Deci, dacă avem nevoie de două secunde pentru inspiraţie, atunci vor fi patru pentru expiraţie, şase pentru reţinere. Repetaţi de *patru* ori aceasta: inspiraţie, expiraţie, reţinere.

Când inspiri şi expiri nu te gândeşti la nimic, ci îţi îndrepţi toată atenţia asupra respiraţiei; dimpotrivă, în timpul *primei* reţineri te concentrezi cu totul asupra punctului dintre sprâncene, adică la rădăcina nasului (puţin înlăuntrul părţii anterioare a creierului), şi umpli conştienţa numai cu aceste cuvinte:

Eu sunt. (Ich bin.)

În timpul celei de a doua reţineri te concentrezi asupra unui punct din interiorul laringelui, umplându-ţi totodată conştienţa numai cu reprezentarea:

Ea gândeşte. (Es denkt.)

În timpul reţinerii a treia, te concentrezi asupra celor două braţe şi mâini. Mâinile se ţin acum fie împreunate fie aşezate dreapta peste stânga. Îţi umpli de data aceasta conştienţa cu ideea :

El simte. (Sie fühlt.)

În timpul celei de a patra reţineri te concentrezi asupra întregii suprafeţe a corpului, căutând să ai o cât mai clară reprezentare corporală proprie şi îţi umpli totodată conştienţa cu ideea:

El voieşte. (Er will.)

(Dacă vei continua energic aceste exerciţii de concentrare timp de câteva săptămâni, vei simţi ceva, în punctele asupra cărora te-ai concentrat, deci la rădăcina nasului, în laringe; un curent în braţe şi mâini şi pe întreaga suprafaţă exterioară a corpului.

Concentrându-te asupra braţelor şi mâinilor, vei simţi cum acestea sunt desfăcute ca printr-o forţă; lasă-le să se desfacă, adică să urmeze fluxul de putere, dar nu-ţi sugera singur acest lucru. Trebuie să apară de la sine.

În cele de mai sus, la "ea gândeşte", "ea" se referă la gândirea generală universală, care trebuie să trăiască impersonal în cuvintele noastre. La "el simte", "el" se referă la sufletul lumii, ceea ce înseamnă că trebuie să trăieşti afectiv nu în mod personal, ci impersonal, în felul în care o face sufletul lumii; la "el voieşte", "el" se referă la Dumnezeu, în a cărui voinţă ne lăsăm întreaga noastră existenţă.)

După ce ai executat aceste patru respiraţii, îţi umpli conştienţa pentru o bucată de timp, dar în mod exclusiv, cu una din următoarele reprezentări, cufundându-te în ea pe deplin şi neîngăduind ca altceva să mai intre în acest timp în suflet :

Date de Rudolf Steiner în funcţie de personalitatea discipolului, ca de exemplu:

"Puterea mea" ("Meine Kraft")
sau "Eu în mine" ("Ich in mir")
sau "Eu vreau" ("Ich will")
sau "Eu sunt statornic" ("Ich bin beständig")
sau "Linişte în tărie,
tărie în linişte"
("Ruhe in der Stärke,
Stärke in der Ruhe")
sau "Căldură sufletească mă străbate"
("Seelenwärme durchdringet mich")

După aceasta te adânceşti cinci minute în propriul tău ideal divin. Fă-o cu toată cucernicia.

Întreaga meditaţie nu trebuie să depăşească 15 minute.

La toate raporturile de timp indicate mai sus orientează-te nu după ceas, ci după simţ. Atenţie ca poziţia corpului să ţi-o alegi în aşa fel încât să nu-ţi distragă atenţia, de pildă prin oboseală.

*

O formulare mai individualizată a mantrei de mai sus: [Nota 9]

În razele pure ale luminii
Străluceşte Dumnezeirea luminii.
În focul pur al eterului
Radiază înalta putere a Eului.
Mă odihnesc în Spiritul lumii,
Mă voi găsi mereu
În Spiritul veşnic al lumii.

In den reinen Strahlen des Lichtes
Erglänzt die Gottheit der Welt.
In dem reinen Feuer des Äthers
Erstrhalt der Ichheit hohe kraft.
Ich ruhe in der Geiste der Welt;
Ich werde mich immer finden
Im ewigen Geiste der Welt.

II

1. Se va lua o meditaţie de dimineaţă care trebuie dezvoltată în felul următor:

Dis de dimineaţă, înaintea oricăror îndeletniciri cotidiene şi înainte de a fi mâncat ceva, se va crea în suflet o linişte desăvârşită. Atenţia să fie sustrasă tuturor impresiilor senzoriale exterioare si tuturor reprezentărilor obişnuite ale intelectului. Trebuie să tacă pe deplin şi toate amintirile evenimentelor obişnuite. Înainte de toate, grijile şi supărările vieţii trebuie să fie complet reduse la tăcere.

Atunci trebuie să se ridice din sufletul pe deplin liniştit o singură idee :

Sus toate precum jos
Jos toate precum sus

Oben alles wie unten
Unten alles wie oben

Acum, timp de zece minute (socotite nu după ceas, ci după senzaţie) trebuie să trăieşti numai în astfel de reprezentări, pe care le poţi obţine din lume prin aplicarea acestei reprezentări asupra fenomenelor lumii. La început nu este atât de important ca aceste reprezentări să fie toate corecte, ci ca ele să fie îndreptate în această direcţie. Trebuie totuşi să te străduieşti, cât poţi de mult, să gândeşti numai reprezentări corecte.

Odată terminată aceasta, se va trece la următoarele: vei face şapte respiraţii, îngrijindu-te însă să inspiri numai atât încât să nu prejudicieze executarea pe mai departe :

Inspiri; după terminarea inspiraţiei expiri imediat, apoi laşi aerul afară, aşa încât un timp inspiraţia să fie complet oprită.

Trebuie luaţi în considerare următorii timpi:

Inspiraţie: aşa cum s-a arătat mai sus, oricât de lungă.

Expiraţia: durată dublă faţă de inspiraţie.

Reţinerea suflului: de patru ori mai lungă decât inspiraţia (asta la început, treptat până la o durată de zece ori mai mare decât inspiraţia).

În timpul primei şi celei de-a doua reţineri trebuie să te adânceşti cu totul în reprezentarea:

Eu sunt

concentrându-te asupra punctului de la rădăcina nasului. (Se poate găsi acest punct dacă de la punctul dintre sprâncene tragi o linie orizontală înapoi; punctul căutat se află la aproximativ un centimetru în spate).

În timpul celei de-a treia şi a patra reţineri te vei adânci în reprezentarea:

Ea gândeşte

concentrându-te asupra laringelui.

În timpul celei de-a cincea si a şasea reţineri te adânceşti în reprezentarea:

El simte

concentrându-te asupra inimii.

În timpul celei de-a şaptea reţineri te vei adânci în:

El vrea

concentrându-te asupra buricului, trasând în gând raze ce străbat întregul abdomen.

În timpul inspiraţiei şi al expiraţiei să te abţii de la orice gând. ("Ea" (ea gândeşte) înseamnă gândirea lumii; "El" (el simte) înseamnă sufletul lumii; "El" (el vrea) înseamnă spiritul cosmic. Aceste reprezentări sunt doar orientative. În timpul meditaţiei nu trebuie să fie prezente în conştienţă. N-ar face decât să tulbure caracterul mantric al formulelor de mai sus).

Se încheie întreg exerciţiul cufundându-te cu evlavie timp de cinci minute în propriul tău ideal divin.

2. În cursul zilei se vor face exerciţiile secundare descrise separat.

3. Seara, privire retrospectivă asupra evenimentelor zilei.

Alcoolul trebuie absolut evitat. Hrana vegetariană nu este neapărat necesară; este însă stimulatoare. [Nota 10]

Explicaţii la cele două exerciţii principale cu valabilitate generală [Nota 11]

Celui ce tinde spre o dezvoltare esoterică, trebuie să-i fie limpede, înainte de orice, că în anumite propoziţii foarte simple se află ascunsă o forţă care devine activă atunci când lasă aceste propoziţii să trăiască în sufletul său. Nu cuprinde ce trebuie, dacă vrea să înţeleagă asemenea propoziţii numai cu intelectul. Ele îi vor spune foarte puţin astfel. El trebuie să lase ca întregul său interior să se umple de o asemenea propoziţie un anumit timp, să i se dăruie cu toate puterile lui sufleteşti. - O asemenea propoziţie este: "Eu sunt".

În această propoziţie zace de fapt întregul mister al existenţei umane contemporane.O asemenea propoziţie poate fi gândită, simţită şi voită în interior numai de o fiinţă care are o înfăţişare exterioară cum e aceea a omului pământean contemporan. Figura unei asemenea fiinţe trebuie să se fi constituit în aşa fel, încât toate forţele active în trup să ţintească spre forma care culminează prin fruntea boltită înainte. Fruntea astfel boltită şi "Eu sunt" merg mână în mână. În perioadele timpurii de dezvoltare ale înfăţişării omeneşti a existat o treaptă când această înfăţişare încă nu ajunsese la o asemenea frunte boltită înainte. Odinioară "Eu sunt" nu putea fi încă gândit, voit şi simţit lăuntric. Ar fi însă cu totul incorect acum să credem că înfăţişarea corpului descrisă mai sus l-a generat pe "Eu sunt". Acest "Eu sunt" era deja dinainte prezent. Numai că nu se putea exprima într-o formă corespunzătoare. Aşa cum se manifestă acum în forma corporală a omului, se exprima înainte într-o lume sufletească. Şi tocmai această forţă a lui "Eu sunt" e cea care, într-o vreme a trecutului îndepărtat, s-a unit cu acel corp omenesc care încă nu avea forma de azi a frunţii, şi această forţă a lui "Eu sunt" a împins înfăţişarea anterioară spre fruntea actuală. ❙ Aşa se face că omul, printr-o anumită cufundare în "Eu sunt" poate simţi în sine forţa care l-a făcut să ajungă chiar la forma actuală. Iar această forţă este superioară forţelor existente astăzi în viaţa lui obişnuită. Căci forţa creatoare sufletească e cea care modelează trupul acţionând din suflet. ❙ De aceea discipolul esoteric trebuie să se cufunde pe deplin, pentru un timp scurt, în "Eu sunt", adică să-l gândească pe acest "Eu sunt" şi totodată să trăiască în sine ceva ce s-ar putea formula cam aşa: "Mă bucur că pot participa la lume ca fiinţă de sine stătătoare". Şi să încerce şi un sentiment de genul acesta: "Vreau să-mi introduc existenţa şi pe mine însumi în întreaga înlănţuire a lumii". Când omul condensează toate acestea într-un unic act lăuntric al conştienţei şi totodată îşi transpune întreaga forţă a conştienţei asupra regiunilor frontale şi a părţilor din creier aflate sub ea, el se transpune într-adevăr într-o lume superioară din care a s-a realizat alcătuirea frunţii sale. Numai să nu creadă că va putea cuceri îndată, de azi pe mâine, aceste lumi superioare. Trebuie, dimpotrivă, să dovedească răbdarea de a întreprinde zilnic, tot mereu, timp îndelungat, această cufundare. Dacă are această răbdare, va remarca după câtva timp cum în el răsare un gând care nu mai e un simplu gând gândit, ci un gând viu, străbătut de forţă. Îşi va putea spune cam aşa: ca acest gând trebuie să fie lăuntric vie şi forţa care se află în germenul vegetal şi care îl face să crească într-o plantă complexă. ❙ În curând acest gândi se va arăta aşa, ca şi cum ar emana lumină. În această revărsare lăuntrică de lumină omul se simte bucuros că există. Îl străbate un sentiment pe care îl putem caracteriza numai prin cuvintele: "Iubire bucuroasă pentru viaţa creatoare". Iar voinţei i se transmite o forţă, ca şi cum gândul amintit ar impregna-o de o căldură care o face energică. Omul poate sorbi toate acestea din adâncirea justă, descrisă mai sus în "Eu sunt". Omul îşi va da seama, încetul cu încetul, că pe această cale în el s-a născut o forţă intelectuală, sufletească şi morală de cea mai înaltă calitate, şi că astfel reuşeşte să intre într-o relaţie din ce în ce mai conştientă cu o lume mai înaltă.

O a doua propoziţie de acest fel este: "Ea gândeşte". Acest "Ea gândeşte" înfăţişează, într-un fel asemănător celui care tocmai a fost descris pentru "Eu sunt", forţa prin care a fost plăsmuită, din lumile superioare, forma instrumentelor umane de vorbire. Când gândirea nu trăia încă într-un corp omenesc, ci într-o lume mai înaltă, sufletească, ea făcu de acolo ca făpturii umane să i se adauge organele vorbirii, până atunci absente. De aceea, când discipolul esoteric se cufundă pe dea-ntregul cu gândirea, simţirea şi voinţa sa în "Ea gândeşte", şi totodată îşi concentrează conştienţa asupra zonei laringelui, el trăieşte forţa sufletească creatoare ce s-a manifestat din lumile superioare în crearea organelor vorbirii. Dacă are iarăşi răbdarea menţionată, va putea trăi felul în care din "Ea gândeşte" ies iradieri care sunt ca un punct de plecare al unei armonii muzicale spirituale şi îl umplu cu un sentiment de pietate sacră, şi în acelaşi timp cu o forţă care-i spune:

"Ceea ce vreau eu ca om, va deveni, treptat, tot mai înţelept". El va dobândi o presimţire despre acea forţă care se revarsă ca forţă divin-spirituală în cosmos şi care ordonează toate lucrurile după mărime, număr şi greutate.

A treia propoziţie este: "El simte". Nici forţa cuprinsă în această propoziţie nu era odinioară ❙ şi anume într-un timp şi mai îndepărtat ❙ în om, ci într-o lume sufletească superioară. De acolo ea acţiona în jos modificând forma pe care corpul omenesc o avusese până atunci. Căci acest corp omenesc nu avusese, până atunci, mâinile deosebite de picioare. Mâinile şi picioarele de azi erau odinioară organe de mişcare formate la fel. De aceea omul nici nu-şi dobândise încă mersul vertical. A fost un mare pas înainte în dezvoltarea omenească faptul că organele de mişcare din faţă s-au transformat în organe de lucru. Omul dobândi prin aceasta mersul vertical, care-l face capabil să învingă natura inferioară, în timp ce privirea îi este îndreptată spre lumile spirituale cereşti. Prin aceasta însă, deveni în stare să-şi formeze şi o karmă. Căci numai faptele unei fiinţe astfel constituite stau în propria ei responsabilitate. În acest scop l-au transformat entităţi spirituale pe om pe vremea când "El simte", care se afla înainte numai în ele, s-a revărsat în corpul omenesc. Dacă discipolul esoteric se cufundă în acest "El simte" într-un mod asemănător celui care a fost descris mai sus, atunci el se ridică la forţele creatoare corespunzătoare ale lumilor superioare. Trebuie doar ca la propoziţia "El simte" să-şi concentreze întreaga conştienţă asupra ambelor braţe şi mâini. Din gândul "El simte" se va revărsa atunci în el o trăire lăuntrică de indescriptibilă fericire. Am putea caracteriza acest sentiment ca fiind cel al iubirii în existenţă activă. Prin el, omul devine conştient de felul cum curge iubirea creatoare prin spaţiul cosmic şi cum introduce în toate suflul dătător de viaţă.

O a patra propoziţie este: "El vrea". Prin puterea acestei afirmaţii ❙ în trecutul celor mai îndepărtate origini ❙ a fost format pentru prima dată corpul omenesc ca fiinţă independentă de mediu.

Înainte ca această forţă să acţioneze asupra lui din lumile sufleteşti superioare, corpul omenesc nu era încă izolat din toate părţile printr-o piele exterioară, curenţii de substanţă curgând de pretutindeni în el, şi din el. Nu avea o viaţă de sine stătătoare, viaţa sa fiind una cu cea a ambianţei. Firește că această ambianţă era odinioară cu totul alta decât ambianţa pământească actuală. Dacă discipolul esoteric se adânceşte în "El vrea" cu întreaga sa gândire, simţire şi voinţă, şi totodată îşi concentrează conştienţa asupra întregii suprafeţe exterioare a pielii, el se transpune treptat în înaltele forţe creatoare ale lui "El vrea". Sunt acele forţe creatoare ale lumii suprasensibile prin care lucrurilor sensibile le este dată forma şi înfăţişarea proprie. Dacă are suficientă stăruinţă, omul va simţi în trăirea lăuntrică a acestui gând ceva deosebit: ca şi cum s-ar fi ridicat deasupra întregii existenţe senzorial-corporale şi ar privi în jos la câmpul creaţiei senzoriale pentru a acţiona asupra acestuia aşa cum o cer gândurile divine dobândite în lumea spirituală. Forţa care provine din gând este cea a transpunerii ardente în spiritualitatea pură precum şi a câştigării conştienţei că poţi procura acestei lumi sensibile, din regiunile superioare, tot ce are nevoie.

În timp ce se adânceşte în aceste gânduri-forţă, esotericianul îşi va îndrepta atenţia asupra procesului de respiraţie şi îl va modifica, pentru o scurtă perioadă de timp, dintr-o activitate inconştientă într-una reglată în mod conştient. Căci, în timp ce influenţa descrisă a forţelor din lumile superioare asupra formei omului dădea naştere transformării arătate, în interiorul acestei forme umane era realizat, prin aceleaşi forţe, sistemul actual de respiraţie, care este necesar unei fiinţe cu o asemenea autonomie a corpului, cu asemenea mâini care lucrează cu răspundere proprie, cu asemenea organe ale vorbirii care transpun viaţa interioară a sufletului în ton perceptibil în afară. Prin orientarea corespunzătoare a atenţiei asupra procesului respirator se stimulează ridicarea în regiunile creatoare superioare ale lumii.

Dacă discipolul esoteric învaţă să trăiască din ce în ce mai conştient forţele superioare ale lumii care dormitează mereu în el ❙ lucru ignorat până atunci de el ❙, cele însuşite deja anterior prin studiu vor deveni vii pentru el, va putea să le înţeleagă cu presimţirea. Trebuie să fi făcut cunoştinţă cu trecerea omului prin diverse trepte de transformare, odată cu întreaga evoluţie a pământului, înainte de ajungerea la starea actuală a pământului. Aceste stări de transformare se numesc: starea saturneană, starea solară, starea lunară. Discipolul a trebuit să mai facă cunoştinţă şi cu faptul că în epocile mai târzii se repetă, într-un anumit mod, anumite stări anterioare. Aşa s-au repetat în timpul dezvoltării terestre stările saturneană, solară şi lunară, în aşa fel încât repetarea saturneană corespunde activităţii creatoare a lui "El vrea" asupra învelişului omenesc exterior. Repetarea solară corespunde activităţii creatoare a lui "El simte" asupra braţelor şi mâinilor, iar repetarea lunară corespunde activităţii creatoare a lui "Ea gândeşte" asupra organelor vorbirii. Se poate vedea astfel cum omul părăseşte concepţia despre trup ca fiinţă creată numai în lumea senzorială şi se familiarizează cu contemplarea lumilor superioare, unde se află forţele care lucrează asupra omului. Tot aşa, simple noţiuni pe care le-a preluat până acum despre lucruri ca Saturn, Soare, Lună devin contemplări şi trăiri vii. Şi aşa trebuie să fie, dacă trebuie găsit drumul de la exoteric la esoteric. Firește, ceea ce a fost dat aici ca exerciţiu trebuie considerat doar un început. Cele de aici trebuie însă lucrate cu toată energia: discipolul va ajunge atunci în stare să realizeze şi celelalte exerciţii prin care vor fi trezite în el forţe încă şi mai înalte ce dormitează în lăuntrul omului. Important este să intuiască realităţile spirituale latente în cuvintele "Eu sunt", "Ea gândeşte", "El simte", "El vrea" şi să simtă legătura lor cu membrele corpului, care este o formaţiune reieşită din lumea spirituală.

Pentru informare mai trebuie spus că, în cuvintele-forţă de mai sus, cele trei forme

EA ❙ EL ❙ EL

au rădăcini în însăşi natura lumii superioare.

"Ea" ("Es") este cuvântul-forţă pentru gândirea lumii, adică pentru acele entităţi din lumea superioară cărora gândirea creatoare le e proprie în acelaşi grad precum contemplarea senzorială oamenilor aflaţi sub ele.

"El" ("Sie") este cuvântul-forţă pentru sufletul lumii care are o simţire ce se revarsă din el, pe când simţirea omenească se declanşează printr-un stimulent din afară. Acea simţire a sufletului lumii este iubirea creatoare a lumii, prin care lucrurile intră în existenţă.

"El" ("Er") este cuvântul-forţă pentru voinţa lumii, pentru spiritul lumii a cărui voinţă acţionează din sine însuşi, în timp ce voinţa omenească este determinată să acţioneze prin lumea exterioară. Acest "El" este forţa originară creatoare a lumii.

Exerciţii principale date individual diferiţilor discipoli [Nota 12]

I

Exerciţii principale pentru dimineaţa şi seara.

Dimineaţa, pe cât posibil imediat după trezire :

Sustrageţi atenţia de la toate impresiile senzoriale exterioare precum şi de la toate amintirile legate de viaţa cotidiană. Cu sufletul astfel golit umple-te mai întâi de reprezentarea *"linişte"*. Trebuie să fie ca şi cum acest sentiment al liniştii s-ar revărsa în tot trupul. Asta va dura însă foarte puţin (două-cinci secunde). Laşi apoi sufletul, pentru aproximativ cinci minute, să se umple de conţinutul următoarelor *şapte* rânduri:

Plăsmuiri izvorâtoare de lumină
Mare strălucitoare, de talazuri a spiritului,
Pe voi v-a părăsit sufletul meu.
În Divinitate a stat el,
În Ea îşi odihni fiinţa.
În împărăţia învelişurilor existenţiale
Păşeşte acum conştient *Eul* meu.

Lichterstrahlende Gebilde
Glänzendes Wogenmeer des Geistes,
Euch verließ die Seele.
In dem Göttlichen weilte sie,
In ihm ruhte ihr Wesen.
In das Reich der Daseinshüllen
Tritt bewußt mein *Ich*.

Încearcă să-ţi reprezinţi aceste rânduri cât mai plastic cu putinţă. Pentru primele două versuri imaginează-ţi o mare de lumină în care se încheagă forme; pentru al treilea, al patrulea si al cincilea rând gândeşte-te cum apare sufletul, la trezire, din această mare de lumină. La ultimele două rânduri gândeşte-te cum intri, prin trezire, în învelişurile corpului.

În cursul zilei vei face exerciţiile secundare. La acestea nu e atât de important să fii legat de o anumită oră.

Seara: "Am primit toată ziua impresii de la lumea exterioară fizic-sensibilă şi mi-am format reprezentări asupra lor. În timpul nopţii nu voia vea asemenea impresii. Voi fi în lumea spirituală. Îmi voi reprezenta acum lumea suprasensibilă prin simboluri, pentru ca aceste simboluri să mă introducă încetul cu încetul în această lume suprasensibilă. Îmi voi imagina că spaţiul din jurul meu şi din mine este umplut de lumină suprasensibilă ca şi când o mare de lumină ar străluci multicolor, iar această mare de lumină ar fi străbătută de curenţi de căldură; unul din aceşti curenţi de căldură pătrunde în inima mea; (lumina ▮simbol al înţelepciunii divine; căldura ▮simbol al iubirii divine).

Străduieşte-te să reţii în mod meditativ această reprezentare în deplină linişte a sufletului, timp de trei - patru minute, iar după aceea păstrează bine în suflet impresia pe care o lasă în el cele şapte rânduri ale meditaţiei de mai jos:

Eul meu păşeşte conştient
Din împărăţia învelişurilor existenţiale,
Spre odihna sa întru fiinţa lumilor.
Spre Divin năzuieşte el.
Dobândeşte, suflete, împărăţia aceasta;
A spiritului strălucitoare mare vălurită,
Ale luminii plăsmuiri iradiante.

Es tritt bewußt mein Ich
Aus dem Reich der Daseinshüllen,
Zu ruhen in der Welten Wesen.
Ins Göttliche strebet es.
Gewinne Seele dieses Reich;
Des Geistes glänzend Wogenmeer,
Des Lichts erstrahlende Gebilde.

Apoi privirea retrospectivă a celor trăite în timpul zilei, imaginativ şi în ordine inversă.

II

Seara:

Trăieşte în simboluri conţinutul luminii, a căldurii, apoi :

În Divinitatea lumii
Mă voi găsi pe mine însumi,
În EA mă odihnesc.
Dumnezeirea sufletului meu radiază
În iubirea pură faţă de toate fiinţele,
Divinitatea lumii străluceşte
În razele pure ale luminii.

In der Gottheit der Welt
Werde ich mich selber finden,
In IHR ruhe ich.
Es erstrahlt die Göttlichkeit meiner Seele
In der reinen Liebe zu allen Wesen,
Es erglänzt die Gottheit der Welt
In den reinen Strahlen des Lichts.

(Dăruieşte-te cinci minute efectului acestei meditaţii, apoi privirea retrospectivă a celor trăite în cursul zilei, şapte - opt minute.)

Reprezentarea crucii cu trandafiri

În inima mea sălăşluiască lumina lumii.

In meinem Herzen wohne Weltenlicht.

Dimineaţa:

Redeşteptarea imaginilor.

În razele pure ale luminii
Străluceşte Divinitatea lumii.
În iubirea pură faţă de toate fiinţele
Radiază Dumnezeirea sufletului meu.
Mă odihnesc în Divinitatea lumii;
Mă voi găsi pe mine însumi
În Divinitatea lumii.

In den reinen Strahlen des Lichts
Erglänzt die Gottheit der Welt.
In der reinen Liebe zu allen Wesen
Errstrahlt die Göttlichkeit meiner Seele.
Ich ruhe in der Gottheit derWelt;
Ich werde mich selbst finden
In der Gottheit der Welt.

(Dedică cinci minute efectului. Apoi: linişte sufletească)

Reprezentarea unei plante care creşte; să crească în gând foarte lent în faţa ta: frunză cu frunză, floare, fruct. Imaginează-ţi forţa: cum determină ea devenirea. Închipuie-ţi apoi această forţă sălăşluind în propria-ţi inimă.

(Concentrează-te asupra ei două - trei minute).

Sălăşluiască în inima mea Cuvânt al lumii

In meinem Herzen wohne Weltenwort.

În timpul zilei: exerciţii secundare.

III

Seara:

Meditaţia asupra crucii cu trandafiri.

Acest semn îmi arată
Victoria vieţii asupra puterii morţii.
În mine vreau să simt
Înţelesul acestui semn.
El mă va ridica
Şi ridicat mă va purta
În toate sferele vieţii.

Es weiset dieses Zeichen mir
Lebenssieg über Todesmacht.
In mir fühlen will ich
Dieses Zeichens Sinn.
Es wird mich aufrichten
Und aufgerichtet tragen
In allen Lebenssphären.

Dimineaţa:

La început a fost Cuvântul
Şi Cuvântul să fie în mine;
Şi Cuvântul a fost dumnezeiesc.
Şi cu dumnezeiască putere
Să mă pătrundă Cuvântul.
Şi un Dumnezeu a fost Cuvântul
Şi puterea lui Dumnezeu să o dea Cuvântul voinţei mele.

Im Urbeginn war das Wort
Und das Wort sei in mir;

Und das Wort war göttlich.
Und mit göttlicher Kraft
Durcdringe mich das Wort.
Und ein Gott war das Wort
Und Gotteskraft gebe das Wort meinem Willen.

În cursul zilei, exerciţii secundare.

IV

Seara:

Reprezentarea crucii cu trandafiri.

Tu, suflete al meu,
Priveşte spre acest semn:
El să-ţi fie expresie
A spiritului lumii
Care umple depărtările lumilor,
Care acţionează prin curgerea timpului
Şi veşnic lucrează în tine.
(linişte sufletească)

Du meine Seele,
Blicke hin auf dieses Zeichen:
Ausdruck sei es dir
Des Weltengeistes,
Der erfüllet Weltenweiten,
Der da wirkt durch Zeitenfolgen
Und ewig wirkt in dir.

Dimineaţa:

Reprezentarea crucii cu trandafiri.

Întru acest semn
Să stea gândirea mea,
Să stea voinţa mea,
Să stea simţirea mea.
Ce îmi arată el
Trăiască în adâncurile inimii mele,
Trăiască în mine ca lumină.
(linişte sufletească)

In diesem Zeichen
Stehe mein Denken,
Stehe mein Wollen,
Stehe mein Fühlen.
Was es deutet
Lebe in meines Herzens Tiefen,
Lebe als Licht in mir.

V

Seara:

1. Privire retrospectivă aşa cum se cere în ***Cum se dobândesc cunoştinţe despre lumile superioare***, aproximativ cinci minute.

2. Meditaţia crucii cu trandafiri, care durează aproximativ cinci minute şi urmată de alte cinci minute consacrate acestei meditaţii.

În razele pure ale luminii
Pot contempla
Forţa pură a întregii înţelepciuni.
În pulsaţia inimii
Pot simţi
Simbolul puternic al întregii existenţe.
Pe amândouă vreau să le simt.
(linişte sufletească)

In des Lichtes reinen Strahlen
Kann ich schauen
Aller Weisheit reine Kraft.
In des Herzens Wellenschlag
Kann ich fühlen
Alles Daseins starkes Sinnbild.
Beides will ich fühlen.

Dimineaţa:

Mai întâi meditaţia crucii cu trandafiri.

Apoi cufundarea în gândul:

Înţelepciune în spirit,
Iubire în suflet,
Forţă în voinţă:
Ele mă conduc
Şi mă ţin.
Mă încred în ele,
Şi le aduc jertfă.
(linişte sufletească)

Weisheit im Geiste,
Liebe in der Seele,
Kraft im Willen:
Sie gleiten mich
Und halten mich.
Ich vertraue ihnen,
Ich opfre ihnen.

Exerciţiile secundare în sensul celor din ***Ştiinţa ocultă***.

VI

Seara:

Raze pure ale luminii
Arătaţi-mi spiritul lumilor;
Căldura pură a iubirii
Arată-mi sufletul lumilor.
Intimitate divină
În inima mea
În spiritul meu.
(linişte sufletească)

Des Lichtes reine Strahlen
Zeiget mir der Welten Geist;
Der Liebe reine Wärme
Zeige mir der Welten Seele.
Gottinnigkeit
In meinem Herzen
In meinem Geist.

Dimineaţa:

Reprezentarea crucii cu trandafiri.

În spiritul meu
În inima mea
Intimitate divină.
Arată-mi sufletul lumilor
A iubirii căldură pură;
Arătaţi-mi spiritul lumilor
Ale luminii raze pure.
(linişte sufletească)

In meinem Geist
In meinem Herzen
Gottinnigkeit.
Zeige mir der Welten Seele
Der Liebe reine Wärme;
Zeiget mir der Welten Geist
Des Lichtes reine Strahlen.

VII

Seara:

1. Privire retrospectivă. De seara spre dimineaţă.

2. Albastrul cerului cu multe stele :

Cucernic şi cu veneraţie
Trimite presimţind în depărtări de spaţiu
Suflete al meu privirea-ţi simţitoare.
Această privire să preia
Şi să trimită în adâncurile inimii mele
Lumină, Iubire, Viaţă,
Din lumile spiritului.
(linişte sufletească)

Fromm und ehrfürchtig
Sende ahnend in Raumesweiten
Meine Seele den fühlenden Blick.
Aufnehme dieser Blick
Und sende in meines Herzens Tiefen
Licht, Liebe, Leben,
Aus Geisteswelten.

Dimineaţa:

Reprezentarea crucii cu trandafiri.

Ce în acest simbol
Îmi spune
Spiritul înalt al lumilor,
Să umple sufletul meu
În tot timpul
În toate împrejurările vieţii
Cu lumină, iubire, viaţă.
(linişte sufletească)

Was in diesem Sinnbild
Zu mir spricht
Der Welten hoher Geist,
Erfülle meine Seele
Zu aller Zeit
In allen Lebenslagen
Mit Licht, Liebe, Leben.

Şase exerciţii secundare.

VIII

Dimineaţa:

Se luminează de ziuă,
Dispar stelele.
Se luminează sufletul,
Dispar visele,
Zi primeşte-mă,
Zi ocroteşte-mă
În schimbătoarea viaţă pământească.

Es dämmert die Sonne,
Es schwinden die Sterne.
Es dämmert die Seele,
Es schwinden die Träume,
Tag nimm mich auf.
Tag beschütze mich
In wandelndem Erdenleben.

Seara:

Când lumea stelelor
Răpeşte Eul meu adormit
În împărăţia spiritului:
Din puterea activă a lumilor
Îmi iau forţă sufletească
De a năzui spre spirit.

Wenn Sternenweltensein
Mein Ich ins Geistgebiet
Schlafend entrückt:
Hole ich mir Seelenkraft
Aus wirkender Weltenmacht,
Zu streben geisteswärts.

IX

Cuvinte meditative pentru cei deja avansaţi, destinate trezirii sentimentului.

Seara:

1. Privire retrospectivă.

2. Transpune-te cu închipuirea în spaţiul nocturn luminat de lună; apoi trăieşte *sentimentul* acesta:

La început era Iahve
Şi Iahve era la Elohimi
Şi Iahve era unul din Elohimi
Şi Iahve trăieşte în mine.

Im Urbeginn war Jahve
Und Jahve war bei den Elohim
Und Jahve war einer der Elohim
Und Jahve lebt in mir.

Apoi transformă cu închipuirea spaţiul luminat de lună în zi luminată de soare şi trăieşte cu aceste *sentimente*:

Şi Christos trăieşte în mine
Şi Christos e unul din Elohimi
Şi Christos e la Elohimi
La sfârşit va fi Christos.

Und Christus lebt in mir
Und Christus ist einer der Elohim
Und Christus ist bei den Elohim
Am Ende wird sein Christus.

Dimineaţa:

Mai întâi zi luminată de soare ❙ trăieşte apoi, într-o dispoziţie sufletească crepusculară :

La sfârşit va fi Christos

Am Ende wird sein Christus

Apoi reprezentare ❙ soarele deasupra capului:

Şi Christos este în mine

Und Christus ist in mir

Apoi reprezentarea zilei ❙ trăieşte într-o dispoziţie sufletească matinală:

Şi eu sunt într-o lume christificată.

Und ich bin in durchchristeter Welt.

La acestea: şase exerciţii secundare.

X

Seara:

Se înalţă plutind
Din adâncurile lumilor } meditează mai mult reprezentând
Soarele ❙ Christos
Lumina Lui devine spirit ❙ meditează reprezentând şi simţind
Străluceşte în spaţiu
Spiritualizează în mine } meditează simţind
Trăieşte în eul meu

Es schwebet empor
Aus den Weltentiefen
Die Christussonne
Ihr Licht wird Geist-
Es leuchtet im All
Er geistet in mir
Es lebet in meinem Ich

Dimineaţa:

Trăieşte în Eul meu
Spiritualizează în mine } meditează mai mult simţind

Străluceşte în spaţiu
E lumina spiritului — meditează simţind şi reprezentând
E lumina Soarelui christic
Din adâncuri de lumi, — meditează reprezentând
De unde vine plutind

Es lebet in meinem Ich
Es geistet in mir
Es leuchtet im All
Es ist das Geisteslicht -
Es ist Licht der Christussonne
Aus den Weltentiefen,
Aus denen es schwebend kommt.

XI

Seara:

La început a fost Cuvântul
Şi Cuvântul era la Dumnezeu
Şi un Dumnezeu era Cuvântul.
Şi Cuvântul,
Să trăiască în inimă,
În inima fiinţei tale,
În Eul tău.

Im Urbeginn war das Wort
Und das Wort war bei Gott
Und ein Gott war das Wort.
Und das Wort,
Es lebe im Herzen,
Im Herzen deines Wesens,
In deinem Ich.

Dimineaţa:

În Eul tău,
În inima fiinţei tale
Să trăiască Cuvântul,
Cuvântul Spiritului.
Şi Cuvântul era la Dumnezeu
Şi un Dumnezeu era Cuvântul.
La început a fost Cuvântul

In deinem Ich,
Im Herzen deines Wesens
Da lebe das Wort,
Das Geisteswort.
Und das Wort war bei Gott
Und ein Gott war das Wort.
Im Urbeginne war das Wort.

XII

Dimineaţa:

Statornicie: piciorul stâng
Siguranţă: piciorul drept
Iubire: mâna stângă
Speranţă: mâna dreaptă
Încredere: capul

Statornic să mă aşez în existenţă: concentrare asupra piciorului stâng
Sigur să păşesc în viaţă: concentrare asupra piciorului drept
Iubire să nutresc în miezul fiinţei: concentrare asupra braţului stâng
Speranţa să o întipăresc în fiecare faptă: concentrare asupra braţului drept
Încredere să pun în orice gând: concentrare asupra capului

Acestea *cinci* mă conduc spre ţintă
Aceste *cinci* mi-au dat existenţa.

Standhaft mich stellen ins Dasein:
Sicher schreiten die Lebensbahn:

Liebe hegen im Wesenskern:
Hoffnung prägen in jedes Tun:
Vertrauen legen in alles Denken:

Diese *Fünf* führen mich zum Ziel
Diese *Fünf* gaben mir das Dasein.

Seara:

Privire retrospectivă asupra zilei.
În ordine inversă plastic reprezentată.

XIII

Altă formă a exerciţiului precedent.

Dimineaţa:

Statornicie:	piciorul stâng
Siguranţă:	piciorul drept
Forţă:	inima
Iubire:	braţul stâng
Speranţă:	braţul drept
Încredere:	capul

Statornic să mă aşez în *existenţă*:	concentrare asupra piciorului stâng
Sigur să păşesc în viaţă:	concentrare asupra piciorului drept
Forţă îmi curge în inimă:	concentrare asupra inimii
Iubire nutresc în miezul fiinţei mele:	concentrare asupra braţului stâng
Speranţă întipăresc în fiecare faptă:	concentrare asupra braţului drept
Încredere pun în orice gând:	concentrare asupra capului

Acestea *şase* mă călăuzesc prin *existenţă*

Standhaft stelle ich mich ins *Dasein*:
Sicher schreite ich die Lebensbahn:
Kraft fließt mir ins Herz:
Liebe hege ich im Wesenskern:
Hoffnung präge ich in jedes Tun:
Vertrauen lege ich in alles Denken:

Diese *sechs* geleiten mich durchs *Dasein*.

Seara:

Privire retrospectivă.
Plastică. De la sfârşit la început.

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

II
EXERCIŢII PRINCIPALE

Două din exerciţiile principiale cu valabilitate generală [Nota 8]

I

Dis de dimineaţă, imediat după trezire, înainte ca alte impresii să fi pătruns în suflet, te dărui meditaţiei. Te străduieşti să faci cu totul linişte în lăuntrul tău, adică să desprinzi întreaga atenţie de impresiile exterioare, precum şi de toate amintirile legate de viaţa cotidiană. Încerci, de asemenea, să-ţi eliberezi sufletul de toate supărările şi grijile care, te apasă poate în aceste momente, vor vrea să te năpădească. După aceasta începe meditaţia. Ca să-ţi uşurezi liniştea interioară, îndreaptă-ţi mai întâi conştienţa asupra unei singure reprezentări, să zicem *"liniştea"*, cufundă-te în ea pe deplin, după care fă-o să dispară din conştienţă, astfel încât în suflet să nu mai rămână nici o reprezentare, şi să poată primi viaţă în el doar conţinutul următoarelor şapte rânduri. Aceste şapte rânduri trebuie acum să trăiască *cinci* minute în conştienţă. Dacă vor să dea năvală alte reprezentări, te reîntorci mereu la aceste şapte rânduri în care încerci să te adânceşti cu totul.

În razele curate ale luminii
Străluceşte Divinitatea lumii.
În iubirea curată faţă de toate fiinţele
Radiază dumnezeirea sufletului meu.
Mă odihnesc în Divinitatea lumii;
Mă voi găsi pe mine însumi
În Divinitatea lumii.

In den reinen Strahlen des Lichtes
Erglänzt die Gottheit der Welt.
In der reinen Liebe zu allen Wesen
Erstrahlt die Göttlichkeit meiner Seele.
Ich ruhe in der Gottheit der Welt;
Ich werde mich selbst finden
In der Gottheit der Welt

După ce ai exersat acest conţinut cinci minute, treci la cele ce urmează.

Inspiri o dată, liniştit şi puternic; după inspiraţie expiri imediat, la fel de liniştit şi puternic, în aşa fel încât între inspiraţie şi expiraţie să nu fie nici o pauză. Te abţii apoi un scurt timp de la respiraţie, străduindu-te totodată să laşi aerul cu totul în afara corpului.

Trebuie respectate cu aproximaţie următoarele raporturi de timp: durata inspiraţiei este la voia fiecăruia, în funcţie de forţele de care dispune; durata expiraţiei trebuie să fie dublă faţă de a inspiraţiei, iar reţinerea respiraţiei durează de trei ori cât inspiraţia. Deci, dacă avem nevoie de două secunde pentru inspiraţie, atunci vor fi patru pentru expiraţie, şase pentru reţinere. Repetaţi de *patru* ori aceasta: inspiraţie, expiraţie, reţinere.

Când inspiri şi expiri nu te gândeşti la nimic, ci îţi îndrepţi toată atenţia asupra respiraţiei; dimpotrivă, în timpul *primei* reţineri te concentrezi cu totul asupra punctului dintre sprâncene, adică la rădăcina nasului (puţin înlăuntrul părţii anterioare a creierului), şi umpli conştienţa numai cu aceste cuvinte:

Eu sunt. (Ich bin.)

În timpul celei de a doua reţineri te concentrezi asupra unui punct din interiorul laringelui, umplându-ţi totodată conştienţa numai cu reprezentarea:

Ea gândeşte. (Es denkt.)

În timpul reţinerii a treia, te concentrezi asupra celor două braţe şi mâini. Mâinile se ţin acum fie împreunate fie aşezate dreapta peste stânga. Îţi umpli de data aceasta conştienţa cu ideea :

El simte. (Sie fühlt.)

În timpul celei de a patra reţineri te concentrezi asupra întregii suprafeţe a corpului, căutând să ai o cât mai clară reprezentare corporală proprie şi îţi umpli totodată conştienţa cu ideea:

El voieşte. (Er will.)

(Dacă vei continua energic aceste exerciţii de concentrare timp de câteva săptămâni, vei simţi ceva, în punctele asupra cărora te-ai concentrat, deci la rădăcina nasului, în laringe; un curent în braţe şi mâini şi pe întreaga suprafaţă exterioară a corpului.

Concentrându-te asupra braţelor şi mâinilor, vei simţi cum acestea sunt desfăcute ca printr-o forţă; lasă-le să se desfacă, adică să urmeze fluxul de putere, dar nu-ţi sugera singur acest lucru. Trebuie să apară de la sine.

În cele de mai sus, la "ea gândeşte", "ea" se referă la gândirea generală universală, care trebuie să trăiască impersonal în cuvintele noastre. La "el simte", "el" se referă la sufletul lumii, ceea ce înseamnă că trebuie să trăieşti afectiv nu în mod personal, ci impersonal, în felul în care o face sufletul lumii; la "el voieşte", "el" se referă la Dumnezeu, în a cărui voinţă ne lăsăm întreaga noastră existenţă.)

După ce ai executat aceste patru respiraţii, îţi umpli conştienţa pentru o bucată de timp, dar în mod exclusiv, cu una din următoarele reprezentări, cufundându-te în ea pe deplin şi neîngăduind ca altceva să mai intre în acest timp în suflet :

Date de Rudolf Steiner în funcţie de personalitatea discipolului, ca de exemplu:

"Puterea mea" ("Meine Kraft")
sau "Eu în mine" ("Ich in mir")
sau "Eu vreau" ("Ich will")
sau "Eu sunt statornic" ("Ich bin beständig")
sau "Linişte în tărie,
tărie în linişte"
("Ruhe in der Stärke,
Stärke in der Ruhe")
sau "Căldură sufletească mă străbate"
("Seelenwärme durchdringet mich")

După aceasta te adânceşti cinci minute în propriul tău ideal divin. Fă-o cu toată cucernicia.

Întreaga meditaţie nu trebuie să depăşească 15 minute.

La toate raporturile de timp indicate mai sus orientează-te nu după ceas, ci după simţ. Atenţie ca poziţia corpului să ţi-o alegi în aşa fel încât să nu-ţi distragă atenţia, de pildă prin oboseală.

*

O formulare mai individualizată a mantrei de mai sus: [Nota 9]

În razele pure ale luminii
Străluceşte Dumnezeirea luminii.
În focul pur al eterului
Radiază înalta putere a Eului.
Mă odihnesc în Spiritul lumii,
Mă voi găsi mereu
În Spiritul veşnic al lumii.

In den reinen Strahlen des Lichtes
Erglänzt die Gottheit der Welt.
In dem reinen Feuer des Äthers
Erstrhalt der Ichheit hohe kraft.
Ich ruhe in der Geiste der Welt;
Ich werde mich immer finden
Im ewigen Geiste der Welt.

II

1. Se va lua o meditaţie de dimineaţă care trebuie dezvoltată în felul următor:

Dis de dimineaţă, înaintea oricăror îndeletniciri cotidiene şi înainte de a fi mâncat ceva, se va crea în suflet o linişte desăvârşită. Atenţia să fie sustrasă tuturor impresiilor senzoriale exterioare si tuturor reprezentărilor obişnuite ale intelectului. Trebuie să tacă pe deplin şi toate amintirile evenimentelor obişnuite. Înainte de toate, grijile şi supărările vieţii trebuie să fie complet reduse la tăcere.

Atunci trebuie să se ridice din sufletul pe deplin liniştit o singură idee :

Sus toate precum jos
Jos toate precum sus

Oben alles wie unten
Unten alles wie oben

Acum, timp de zece minute (socotite nu după ceas, ci după senzaţie) trebuie să trăieşti numai în astfel de reprezentări, pe care le poţi obţine din lume prin aplicarea acestei reprezentări asupra fenomenelor lumii. La început nu este atât de important ca aceste reprezentări să fie toate corecte, ci ca ele să fie îndreptate în această direcţie. Trebuie totuşi să te străduieşti, cât poţi de mult, să gândeşti numai reprezentări corecte.

Odată terminată aceasta, se va trece la următoarele: vei face şapte respiraţii, îngrijindu-te însă să inspiri numai atât încât să nu prejudicieze executarea pe mai departe :

Inspiri; după terminarea inspiraţiei expiri imediat, apoi laşi aerul afară, aşa încât un timp inspiraţia să fie complet oprită.

Trebuie luaţi în considerare următorii timpi:

Inspiraţie: aşa cum s-a arătat mai sus, oricât de lungă.

Expiraţia: durată dublă faţă de inspiraţie.

Reţinerea suflului: de patru ori mai lungă decât inspiraţia (asta la început, treptat până la o durată de zece ori mai mare decât inspiraţia).

În timpul primei şi celei de-a doua reţineri trebuie să te adânceşti cu totul în reprezentarea:

Eu sunt

concentrându-te asupra punctului de la rădăcina nasului. (Se poate găsi acest punct dacă de la punctul dintre sprâncene tragi o linie orizontală înapoi; punctul căutat se află la aproximativ un centimetru în spate).

În timpul celei de-a treia şi a patra reţineri te vei adânci în reprezentarea:

Ea gândeşte

concentrându-te asupra laringelui.

În timpul celei de-a cincea si a şasea reţineri te adânceşti în reprezentarea:

El simte

concentrându-te asupra inimii.

În timpul celei de-a şaptea reţineri te vei adânci în:

El vrea

concentrându-te asupra buricului, trasând în gând raze ce străbat întregul abdomen.

În timpul inspiraţiei şi al expiraţiei să te abţii de la orice gând. ("Ea" (ea gândeşte) înseamnă gândirea lumii; "El" (el simte) înseamnă sufletul lumii; "El" (el vrea) înseamnă spiritul cosmic. Aceste reprezentări sunt doar orientative. În timpul meditaţiei nu trebuie să fie prezente în conştienţă. N-ar face decât să tulbure caracterul mantric al formulelor de mai sus).

Se încheie întreg exerciţiul cufundându-te cu evlavie timp de cinci minute în propriul tău ideal divin.

2. În cursul zilei se vor face exerciţiile secundare descrise separat.

3. Seara, privire retrospectivă asupra evenimentelor zilei.

Alcoolul trebuie absolut evitat. Hrana vegetariană nu este neapărat necesară; este însă stimulatoare. [Nota 10]

Explicaţii la cele două exerciţii principale cu valabilitate generală [Nota 11]

Celui ce tinde spre o dezvoltare esoterică, trebuie să-i fie limpede, înainte de orice, că în anumite propoziţii foarte simple se află ascunsă o forţă care devine activă atunci când lasă aceste propoziţii să trăiască în sufletul său. Nu cuprinde ce trebuie, dacă vrea să înţeleagă asemenea propoziţii numai cu intelectul. Ele îi vor spune foarte puţin astfel. El trebuie să lase ca întregul său interior să se umple de o asemenea propoziţie un anumit timp, să i se dăruie cu toate puterile lui sufleteşti. - O asemenea propoziţie este: "Eu sunt".

În această propoziţie zace de fapt întregul mister al existenţei umane contemporane.O asemenea propoziţie poate fi gândită, simţită şi voită în interior numai de o fiinţă care are o înfăţişare exterioară cum e aceea a omului pământean contemporan. Figura unei asemenea fiinţe trebuie să se fi constituit în aşa fel, încât toate forţele active în trup să ţintească spre forma care culminează prin fruntea boltită înainte. Fruntea astfel boltită şi "Eu sunt" merg mână în mână. În perioadele timpurii de dezvoltare ale înfăţişării omeneşti a existat o treaptă când această înfăţişare încă nu ajunsese la o asemenea frunte boltită înainte. Odinioară "Eu sunt" nu putea fi încă gândit, voit şi simţit lăuntric. Ar fi însă cu totul incorect acum să credem că înfăţişarea corpului descrisă mai sus l-a generat pe "Eu sunt". Acest "Eu sunt" era deja dinainte prezent. Numai că nu se putea exprima într-o formă corespunzătoare. Aşa cum se manifestă acum în forma corporală a omului, se exprima înainte într-o lume sufletească. Şi tocmai această forţă a lui "Eu sunt" e cea care, într-o vreme a trecutului îndepărtat, s-a unit cu acel corp omenesc care încă nu avea forma de azi a frunţii, şi această forţă a lui "Eu sunt" a împins înfăţişarea anterioară spre fruntea actuală. ❙ Aşa se face că omul, printr-o anumită cufundare în "Eu sunt" poate simţi în sine forţa care l-a făcut să ajungă chiar la forma actuală. Iar această forţă este superioară forţelor existente astăzi în viaţa lui obişnuită. Căci forţa creatoare sufletească e cea care modelează trupul acţionând din suflet. ❙ De aceea discipolul esoteric trebuie să se cufunde pe deplin, pentru un timp scurt, în "Eu sunt", adică să-l gândească pe acest "Eu sunt" şi totodată să trăiască în sine ceva ce s-ar putea formula cam aşa: "Mă bucur că pot participa la lume ca fiinţă de sine stătătoare". Şi să încerce şi un sentiment de genul acesta: "Vreau să-mi introduc existenţa şi pe mine însumi în întreaga înlănţuire a lumii". Când omul condensează toate acestea într-un unic act lăuntric al conştienţei şi totodată îşi transpune întreaga forţă a conştienţei asupra regiunilor frontale şi a părţilor din creier aflate sub ea, el se transpune într-adevăr într-o lume superioară din care a s-a realizat alcătuirea frunţii sale. Numai să nu creadă că va putea cuceri îndată, de azi pe mâine, aceste lumi superioare. Trebuie, dimpotrivă, să dovedească răbdarea de a întreprinde zilnic, tot mereu, timp îndelungat, această cufundare. Dacă are această răbdare, va remarca după câtva timp cum în el răsare un gând care nu mai e un simplu gând gândit, ci un gând viu, străbătut de forţă. Îşi va putea spune cam aşa: ca acest gând trebuie să fie lăuntric vie şi forţa care se află în germenul vegetal şi care îl face să crească într-o plantă complexă. ❙ În curând acest gândi se va arăta aşa, ca şi cum ar emana lumină. În această revărsare lăuntrică de lumină omul se simte bucuros că există. Îl străbate un sentiment pe care îl putem caracteriza numai prin cuvintele: "Iubire bucuroasă pentru viaţa creatoare". Iar voinţei i se transmite o forţă, ca şi cum gândul amintit ar impregna-o de o căldură care o face energică. Omul poate sorbi toate acestea din adâncirea justă, descrisă mai sus în "Eu sunt". Omul îşi va da seama, încetul cu încetul, că pe această cale în el s-a născut o forţă intelectuală, sufletească şi morală de cea mai înaltă calitate, şi că astfel reuşeşte să intre într-o relaţie din ce în ce mai conştientă cu o lume mai înaltă.

O a doua propoziţie de acest fel este: "Ea gândeşte". Acest "Ea gândeşte" înfăţişează, într-un fel asemănător celui care tocmai a fost descris pentru "Eu sunt", forţa prin care a fost plăsmuită, din lumile superioare, forma instrumentelor umane de vorbire. Când gândirea nu trăia încă într-un corp omenesc, ci într-o lume mai înaltă, sufletească, ea făcu de acolo ca făpturii umane să i se adauge organele vorbirii, până atunci absente. De aceea, când discipolul esoteric se cufundă pe dea-ntregul cu gândirea, simţirea şi voinţa sa în "Ea gândeşte", şi totodată îşi concentrează conştienţa asupra zonei laringelui, el trăieşte forţa sufletească creatoare ce s-a manifestat din lumile superioare în crearea organelor vorbirii. Dacă are iarăşi răbdarea menţionată, va putea trăi felul în care din "Ea gândeşte" ies iradieri care sunt ca un punct de plecare al unei armonii muzicale spirituale şi îl umplu cu un sentiment de pietate sacră, şi în acelaşi timp cu o forţă care-i spune:

"Ceea ce vreau eu ca om, va deveni, treptat, tot mai înţelept". El va dobândi o presimţire despre acea forţă care se revarsă ca forţă divin-spirituală în cosmos şi care ordonează toate lucrurile după mărime, număr şi greutate.

A treia propoziţie este: "El simte". Nici forţa cuprinsă în această propoziţie nu era odinioară ❙ şi anume într-un timp şi mai îndepărtat ❙ în om, ci într-o lume sufletească superioară. De acolo ea acţiona în jos modificând forma pe care corpul omenesc o avusese până atunci. Căci acest corp omenesc nu avusese, până atunci, mâinile deosebite de picioare. Mâinile şi picioarele de azi erau odinioară organe de mişcare formate la fel. De aceea omul nici nu-şi dobândise încă mersul vertical. A fost un mare pas înainte în dezvoltarea omenească faptul că organele de mişcare din faţă s-au transformat în organe de lucru. Omul dobândi prin aceasta mersul vertical, care-l face capabil să învingă natura inferioară, în timp ce privirea îi este îndreptată spre lumile spirituale cereşti. Prin aceasta însă, deveni în stare să-şi formeze şi o karmă. Căci numai faptele unei fiinţe astfel constituite stau în propria ei responsabilitate. În acest scop l-au transformat entităţi spirituale pe om pe vremea când "El simte", care se afla înainte numai în ele, s-a revărsat în corpul omenesc. Dacă discipolul esoteric se cufundă în acest "El simte" într-un mod asemănător celui care a fost descris mai sus, atunci el se ridică la forţele creatoare corespunzătoare ale lumilor superioare. Trebuie doar ca la propoziţia "El simte" să-şi concentreze întreaga conştienţă asupra ambelor braţe şi mâini. Din gândul "El simte" se va revărsa atunci în el o trăire lăuntrică de indescriptibilă fericire. Am putea caracteriza acest sentiment ca fiind cel al iubirii în existenţă activă. Prin el, omul devine conştient de felul cum curge iubirea creatoare prin spaţiul cosmic şi cum introduce în toate suflul dătător de viaţă.

O a patra propoziţie este: "El vrea". Prin puterea acestei afirmaţii ❙ în trecutul celor mai îndepărtate origini ❙ a fost format pentru prima dată corpul omenesc ca fiinţă independentă de mediu.

Înainte ca această forţă să acţioneze asupra lui din lumile sufleteşti superioare, corpul omenesc nu era încă izolat din toate părţile printr-o piele exterioară, curenţii de substanţă curgând de pretutindeni în el, şi din el. Nu avea o viaţă de sine stătătoare, viaţa sa fiind una cu cea a ambianţei. Firește că această ambianţă era odinioară cu totul alta decât ambianţa pământească actuală. Dacă discipolul esoteric se adânceşte în "El vrea" cu întreaga sa gândire, simţire şi voinţă, şi totodată îşi concentrează conştienţa asupra întregii suprafeţe exterioare a pielii, el se transpune treptat în înaltele forţe creatoare ale lui "El vrea". Sunt acele forţe creatoare ale lumii suprasensibile prin care lucrurilor sensibile le este dată forma şi înfăţişarea proprie. Dacă are suficientă stăruinţă, omul va simţi în trăirea lăuntrică a acestui gând ceva deosebit: ca şi cum s-ar fi ridicat deasupra întregii existenţe senzorial-corporale şi ar privi în jos la câmpul creaţiei senzoriale pentru a acţiona asupra acestuia aşa cum o cer gândurile divine dobândite în lumea spirituală. Forţa care provine din gând este cea a transpunerii ardente în spiritualitatea pură precum şi a câştigării conştienţei că poţi procura acestei lumi sensibile, din regiunile superioare, tot ce are nevoie.

În timp ce se adânceşte în aceste gânduri-forţă, esotericianul îşi va îndrepta atenţia asupra procesului de respiraţie şi îl va modifica, pentru o scurtă perioadă de timp, dintr-o activitate inconştientă într-una reglată în mod conştient. Căci, în timp ce influenţa descrisă a forţelor din lumile superioare asupra formei omului dădea naştere transformării arătate, în interiorul acestei forme umane era realizat, prin aceleaşi forţe, sistemul actual de respiraţie, care este necesar unei fiinţe cu o asemenea autonomie a corpului, cu asemenea mâini care lucrează cu răspundere proprie, cu asemenea organe ale vorbirii care transpun viaţa interioară a sufletului în ton perceptibil în afară. Prin orientarea corespunzătoare a atenţiei asupra procesului respirator se stimulează ridicarea în regiunile creatoare superioare ale lumii.

Dacă discipolul esoteric învaţă să trăiască din ce în ce mai conştient forţele superioare ale lumii care dormitează mereu în el ❙ lucru ignorat până atunci de el ❙, cele însuşite deja anterior prin studiu vor deveni vii pentru el, va putea să le înţeleagă cu presimţirea. Trebuie să fi făcut cunoştinţă cu trecerea omului prin diverse trepte de transformare, odată cu întreaga evoluţie a pământului, înainte de ajungerea la starea actuală a pământului. Aceste stări de transformare se numesc: starea saturneană, starea solară, starea lunară. Discipolul a trebuit să mai facă cunoştinţă şi cu faptul că în epocile mai târzii se repetă, într-un anumit mod, anumite stări anterioare. Aşa s-au repetat în timpul dezvoltării terestre stările saturneană, solară şi lunară, în aşa fel încât repetarea saturneană corespunde activităţii creatoare a lui "El vrea" asupra învelişului omenesc exterior. Repetarea solară corespunde activităţii creatoare a lui "El simte" asupra braţelor şi mâinilor, iar repetarea lunară corespunde activităţii creatoare a lui "Ea gândeşte" asupra organelor vorbirii. Se poate vedea astfel cum omul părăseşte concepţia despre trup ca fiinţă creată numai în lumea senzorială şi se familiarizează cu contemplarea lumilor superioare, unde se află forţele care lucrează asupra omului. Tot aşa, simple noţiuni pe care le-a preluat până acum despre lucruri ca Saturn, Soare, Lună devin contemplări şi trăiri vii. Şi aşa trebuie să fie, dacă trebuie găsit drumul de la exoteric la esoteric. Firește, ceea ce a fost dat aici ca exerciţiu trebuie considerat doar un început. Cele de aici trebuie însă lucrate cu toată energia: discipolul va ajunge atunci în stare să realizeze şi celelalte exerciţii prin care vor fi trezite în el forţe încă şi mai înalte ce dormitează în lăuntrul omului. Important este să intuiască realităţile spirituale latente în cuvintele "Eu sunt", "Ea gândeşte", "El simte", "El vrea" şi să simtă legătura lor cu membrele corpului, care este o formaţiune reieşită din lumea spirituală.

Pentru informare mai trebuie spus că, în cuvintele-forţă de mai sus, cele trei forme

EA ❙ EL ❙ EL

au rădăcini în însăşi natura lumii superioare.

"Ea" ("Es") este cuvântul-forţă pentru gândirea lumii, adică pentru acele entităţi din lumea superioară cărora gândirea creatoare le e proprie în acelaşi grad precum contemplarea senzorială oamenilor aflaţi sub ele.

"El" ("Sie") este cuvântul-forţă pentru sufletul lumii care are o simţire ce se revarsă din el, pe când simţirea omenească se declanşează printr-un stimulent din afară. Acea simţire a sufletului lumii este iubirea creatoare a lumii, prin care lucrurile intră în existenţă.

"El" ("Er") este cuvântul-forţă pentru voinţa lumii, pentru spiritul lumii a cărui voinţă acţionează din sine însuşi, în timp ce voinţa omenească este determinată să acţioneze prin lumea exterioară. Acest "El" este forţa originară creatoare a lumii.

Exerciţii principale date individual diferiţilor discipoli [Nota 12]

I

Exerciţii principale pentru dimineaţa şi seara.

Dimineaţa, pe cât posibil imediat după trezire :

Sustrageţi atenţia de la toate impresiile senzoriale exterioare precum şi de la toate amintirile legate de viaţa cotidiană. Cu sufletul astfel golit umple-te mai întâi de reprezentarea *"linişte"*. Trebuie să fie ca şi cum acest sentiment al liniştii s-ar revărsa în tot trupul. Asta va dura însă foarte puţin (două-cinci secunde). Laşi apoi sufletul, pentru aproximativ cinci minute, să se umple de conţinutul următoarelor *şapte* rânduri:

Plăsmuiri izvorâtoare de lumină
Mare strălucitoare, de talazuri a spiritului,
Pe voi v-a părăsit sufletul meu.
În Divinitate a stat el,
În Ea îşi odihni fiinţa.
În împărăţia învelişurilor existenţiale
Păşeşte acum conştient *Eul* meu.

Lichterstrahlende Gebilde
Glänzendes Wogenmeer des Geistes,
Euch verließ die Seele.
In dem Göttlichen weilte sie,
In ihm ruhte ihr Wesen.
In das Reich der Daseinshüllen
Tritt bewußt mein *Ich*.

Încearcă să-ţi reprezinţi aceste rânduri cât mai plastic cu putinţă. Pentru primele două versuri imaginează-ţi o mare de lumină în care se încheagă forme; pentru al treilea, al patrulea si al cincilea rând gândeşte-te cum apare sufletul, la trezire, din această mare de lumină. La ultimele două rânduri gândeşte-te cum intri, prin trezire, în învelişurile corpului.

În cursul zilei vei face exerciţiile secundare. La acestea nu e atât de important să fii legat de o anumită oră.

Seara: "Am primit toată ziua impresii de la lumea exterioară fizic-sensibilă şi mi-am format reprezentări asupra lor. În timpul nopţii nu voia vea asemenea impresii. Voi fi în lumea spirituală. Îmi voi reprezenta acum lumea suprasensibilă prin simboluri, pentru ca aceste simboluri să mă introducă încetul cu încetul în această lume suprasensibilă. Îmi voi imagina că spaţiul din jurul meu şi din mine este umplut de lumină suprasensibilă ca şi când o mare de lumină ar străluci multicolor, iar această mare de lumină ar fi străbătută de curenţi de căldură; unul din aceşti curenţi de căldură pătrunde în inima mea; (lumina ▮simbol al înţelepciunii divine; căldura ▮simbol al iubirii divine).

Străduieşte-te să reţii în mod meditativ această reprezentare în deplină linişte a sufletului, timp de trei - patru minute, iar după aceea păstrează bine în suflet impresia pe care o lasă în el cele şapte rânduri ale meditaţiei de mai jos:

Eul meu păşeşte conştient
Din împărăţia învelişurilor existenţiale,
Spre odihna sa întru fiinţa lumilor.
Spre Divin năzuieşte el.
Dobândeşte, suflete, împărăţia aceasta;
A spiritului strălucitoare mare vălurită,
Ale luminii plăsmuiri iradiante.

Es tritt bewußt mein Ich
Aus dem Reich der Daseinshüllen,
Zu ruhen in der Welten Wesen.
Ins Göttliche strebet es.
Gewinne Seele dieses Reich;
Des Geistes glänzend Wogenmeer,
Des Lichts erstrahlende Gebilde.

Apoi privirea retrospectivă a celor trăite în timpul zilei, imaginativ şi în ordine inversă.

II

Seara:

Trăieşte în simboluri conţinutul luminii, a căldurii, apoi :

În Divinitatea lumii
Mă voi găsi pe mine însumi,
În EA mă odihnesc.
Dumnezeirea sufletului meu radiază
În iubirea pură faţă de toate fiinţele,
Divinitatea lumii străluceşte
În razele pure ale luminii.

In der Gottheit der Welt
Werde ich mich selber finden,
In IHR ruhe ich.
Es erstrahlt die Göttlichkeit meiner Seele
In der reinen Liebe zu allen Wesen,
Es erglänzt die Gottheit der Welt
In den reinen Strahlen des Lichts.

(Dăruieşte-te cinci minute efectului acestei meditaţii, apoi privirea retrospectivă a celor trăite în cursul zilei, şapte - opt minute.)

Reprezentarea crucii cu trandafiri

În inima mea sălăşluiască lumina lumii.

In meinem Herzen wohne Weltenlicht.

Dimineaţa:

Redeşteptarea imaginilor.

În razele pure ale luminii
Străluceşte Divinitatea lumii.
În iubirea pură faţă de toate fiinţele
Radiază Dumnezeirea sufletului meu.
Mă odihnesc în Divinitatea lumii;
Mă voi găsi pe mine însumi
În Divinitatea lumii.

In den reinen Strahlen des Lichts
Erglänzt die Gottheit der Welt.
In der reinen Liebe zu allen Wesen
Errstrahlt die Göttlichkeit meiner Seele.
Ich ruhe in der Gottheit derWelt;
Ich werde mich selbst finden
In der Gottheit der Welt.

(Dedică cinci minute efectului. Apoi: linişte sufletească)

Reprezentarea unei plante care creşte; să crească în gând foarte lent în faţa ta: frunză cu frunză, floare, fruct. Imaginează-ţi forţa: cum determină ea devenirea. Închipuie-ţi apoi această forţă sălăşluind în propria-ţi inimă.

(Concentrează-te asupra ei două - trei minute).

Sălăşluiască în inima mea Cuvânt al lumii

In meinem Herzen wohne Weltenwort.

În timpul zilei: exerciţii secundare.

III

Seara:

Meditaţia asupra crucii cu trandafiri.

Acest semn îmi arată
Victoria vieţii asupra puterii morţii.
În mine vreau să simt
Înţelesul acestui semn.
El mă va ridica
Şi ridicat mă va purta
În toate sferele vieţii.

Es weiset dieses Zeichen mir
Lebenssieg über Todesmacht.
In mir fühlen will ich
Dieses Zeichens Sinn.
Es wird mich aufrichten
Und aufgerichtet tragen
In allen Lebenssphären.

Dimineaţa:

La început a fost Cuvântul
Şi Cuvântul să fie în mine;
Şi Cuvântul a fost dumnezeiesc.
Şi cu dumnezeiască putere
Să mă pătrundă Cuvântul.
Şi un Dumnezeu a fost Cuvântul
Şi puterea lui Dumnezeu să o dea Cuvântul voinţei mele.

Im Urbeginn war das Wort
Und das Wort sei in mir;

Und das Wort war göttlich.
Und mit göttlicher Kraft
Durcdringe mich das Wort.
Und ein Gott war das Wort
Und Gotteskraft gebe das Wort meinem Willen.

În cursul zilei, exerciţii secundare.

IV

Seara:

Reprezentarea crucii cu trandafiri.

Tu, suflete al meu,
Priveşte spre acest semn:
El să-ţi fie expresie
A spiritului lumii
Care umple depărtările lumilor,
Care acţionează prin curgerea timpului
Şi veşnic lucrează în tine.
(linişte sufletească)

Du meine Seele,
Blicke hin auf dieses Zeichen:
Ausdruck sei es dir
Des Weltengeistes,
Der erfüllet Weltenweiten,
Der da wirkt durch Zeitenfolgen
Und ewig wirkt in dir.

Dimineaţa:

Reprezentarea crucii cu trandafiri.

Întru acest semn
Să stea gândirea mea,
Să stea voinţa mea,
Să stea simţirea mea.
Ce îmi arată el
Trăiască în adâncurile inimii mele,
Trăiască în mine ca lumină.
(linişte sufletească)

In diesem Zeichen
Stehe mein Denken,
Stehe mein Wollen,
Stehe mein Fühlen.
Was es deutet
Lebe in meines Herzens Tiefen,
Lebe als Licht in mir.

V

Seara:

1. Privire retrospectivă aşa cum se cere în ***Cum se dobândesc cunoştinţe despre lumile superioare***, aproximativ cinci minute.

2. Meditaţia crucii cu trandafiri, care durează aproximativ cinci minute şi urmată de alte cinci minute consacrate acestei meditaţii.

În razele pure ale luminii
Pot contempla
Forţa pură a întregii înţelepciuni.
În pulsaţia inimii
Pot simţi
Simbolul puternic al întregii existenţe.
Pe amândouă vreau să le simt.
(linişte sufletească)

In des Lichtes reinen Strahlen
Kann ich schauen
Aller Weisheit reine Kraft.
In des Herzens Wellenschlag
Kann ich fühlen
Alles Daseins starkes Sinnbild.
Beides will ich fühlen.

Dimineaţa:

Mai întâi meditaţia crucii cu trandafiri.

Apoi cufundarea în gândul:

Înţelepciune în spirit,
Iubire în suflet,
Forţă în voinţă:
Ele mă conduc
Şi mă ţin.
Mă încred în ele,
Şi le aduc jertfă.
(linişte sufletească)

Weisheit im Geiste,
Liebe in der Seele,
Kraft im Willen:
Sie gleiten mich
Und halten mich.
Ich vertraue ihnen,
Ich opfre ihnen.

Exerciţiile secundare în sensul celor din ***Ştiinţa ocultă***.

VI

Seara:

Raze pure ale luminii
Arătaţi-mi spiritul lumilor;
Căldura pură a iubirii
Arată-mi sufletul lumilor.
Intimitate divină
În inima mea
În spiritul meu.
(linişte sufletească)

Des Lichtes reine Strahlen
Zeiget mir der Welten Geist;
Der Liebe reine Wärme
Zeige mir der Welten Seele.
Gottinnigkeit
In meinem Herzen
In meinem Geist.

Dimineaţa:

Reprezentarea crucii cu trandafiri.

În spiritul meu
În inima mea
Intimitate divină.
Arată-mi sufletul lumilor
A iubirii căldură pură;
Arătaţi-mi spiritul lumilor
Ale luminii raze pure.
(linişte sufletească)

In meinem Geist
In meinem Herzen
Gottinnigkeit.
Zeige mir der Welten Seele
Der Liebe reine Wärme;
Zeiget mir der Welten Geist
Des Lichtes reine Strahlen.

VII

Seara:

1. Privire retrospectivă. De seara spre dimineaţă.

2. Albastrul cerului cu multe stele :

Cucernic şi cu veneraţie
Trimite presimţind în depărtări de spaţiu
Suflete al meu privirea-ţi simţitoare.
Această privire să preia
Şi să trimită în adâncurile inimii mele
Lumină, Iubire, Viaţă,
Din lumile spiritului.
(linişte sufletească)

Fromm und ehrfürchtig
Sende ahnend in Raumesweiten
Meine Seele den fühlenden Blick.
Aufnehme dieser Blick
Und sende in meines Herzens Tiefen
Licht, Liebe, Leben,
Aus Geisteswelten.

Dimineaţa:

Reprezentarea crucii cu trandafiri.

Ce în acest simbol
Îmi spune
Spiritul înalt al lumilor,
Să umple sufletul meu
În tot timpul
În toate împrejurările vieţii
Cu lumină, iubire, viaţă.
(linişte sufletească)

Was in diesem Sinnbild
Zu mir spricht
Der Welten hoher Geist,
Erfülle meine Seele
Zu aller Zeit
In allen Lebenslagen
Mit Licht, Liebe, Leben.

Şase exerciţii secundare.

VIII

Dimineaţa:

Se luminează de ziuă,
Dispar stelele.
Se luminează sufletul,
Dispar visele,
Zi primeşte-mă,
Zi ocroteşte-mă
În schimbătoarea viaţă pământească.

Es dämmert die Sonne,
Es schwinden die Sterne.
Es dämmert die Seele,
Es schwinden die Träume,
Tag nimm mich auf.
Tag beschütze mich
In wandelndem Erdenleben.

Seara:

Când lumea stelelor
Răpeşte Eul meu adormit
În împărăţia spiritului:
Din puterea activă a lumilor
Îmi iau forţă sufletească
De a năzui spre spirit.

Wenn Sternenweltensein
Mein Ich ins Geistgebiet
Schlafend entrückt:
Hole ich mir Seelenkraft
Aus wirkender Weltenmacht,
Zu streben geisteswärts.

IX

Cuvinte meditative pentru cei deja avansaţi, destinate trezirii sentimentului.

Seara:

1. Privire retrospectivă.

2. Transpune-te cu închipuirea în spaţiul nocturn luminat de lună; apoi trăieşte *sentimentul* acesta:

La început era Iahve
Şi Iahve era la Elohimi
Şi Iahve era unul din Elohimi
Şi Iahve trăieşte în mine.

Im Urbeginn war Jahve
Und Jahve war bei den Elohim
Und Jahve war einer der Elohim
Und Jahve lebt in mir.

Apoi transformă cu închipuirea spaţiul luminat de lună în zi luminată de soare şi trăieşte cu aceste *sentimente*:

Şi Christos trăieşte în mine
Şi Christos e unul din Elohimi
Şi Christos e la Elohimi
La sfârşit va fi Christos.

Und Christus lebt in mir
Und Christus ist einer der Elohim
Und Christus ist bei den Elohim
Am Ende wird sein Christus.

Dimineaţa:

Mai întâi zi luminată de soare ❙ trăieşte apoi, într-o dispoziţie sufletească crepusculară :

La sfârşit va fi Christos

Am Ende wird sein Christus

Apoi reprezentare ❙ soarele deasupra capului:

Şi Christos este în mine

Und Christus ist in mir

Apoi reprezentarea zilei ❙ trăieşte într-o dispoziţie sufletească matinală:

Şi eu sunt într-o lume christificată.

Und ich bin in durchchristeter Welt.

La acestea: şase exerciţii secundare.

X

Seara:

Se înalţă plutind
Din adâncurile lumilor } meditează mai mult reprezentând
Soarele ❙ Christos
Lumina Lui devine spirit ❙ meditează reprezentând şi simţind
Străluceşte în spaţiu
Spiritualizează în mine } meditează simţind
Trăieşte în eul meu

Es schwebet empor
Aus den Weltentiefen
Die Christussonne
Ihr Licht wird Geist-
Es leuchtet im All
Er geistet in mir
Es lebet in meinem Ich

Dimineaţa:

Trăieşte în Eul meu
Spiritualizează în mine } meditează mai mult simţind

Străluceşte în spaţiu
E lumina spiritului — meditează simţind şi reprezentând
E lumina Soarelui christic
Din adâncuri de lumi, — meditează reprezentând
De unde vine plutind

Es lebet in meinem Ich
Es geistet in mir
Es leuchtet im All
Es ist das Geisteslicht -
Es ist Licht der Christussonne
Aus den Weltentiefen,
Aus denen es schwebend kommt.

XI

Seara:

La început a fost Cuvântul
Şi Cuvântul era la Dumnezeu
Şi un Dumnezeu era Cuvântul.
Şi Cuvântul,
Să trăiască în inimă,
În inima fiinţei tale,
În Eul tău.

Im Urbeginn war das Wort
Und das Wort war bei Gott
Und ein Gott war das Wort.
Und das Wort,
Es lebe im Herzen,
Im Herzen deines Wesens,
In deinem Ich.

Dimineaţa:

În Eul tău,
În inima fiinţei tale
Să trăiască Cuvântul,
Cuvântul Spiritului.
Şi Cuvântul era la Dumnezeu
Şi un Dumnezeu era Cuvântul.
La început a fost Cuvântul

In deinem Ich,
Im Herzen deines Wesens
Da lebe das Wort,
Das Geisteswort.
Und das Wort war bei Gott
Und ein Gott war das Wort.
Im Urbeginne war das Wort.

XII

Dimineaţa:

Statornicie: piciorul stâng
Siguranţă: piciorul drept
Iubire: mâna stângă
Speranţă: mâna dreaptă
Încredere: capul

Statornic să mă aşez în existenţă: concentrare asupra piciorului stâng
Sigur să păşesc în viaţă: concentrare asupra piciorului drept
Iubire să nutresc în miezul fiinţei: concentrare asupra braţului stâng
Speranţa să o întipăresc în fiecare faptă: concentrare asupra braţului drept
Încredere să pun în orice gând: concentrare asupra capului

Acestea *cinci* mă conduc spre ţintă
Aceste *cinci* mi-au dat existenţa.

Standhaft mich stellen ins Dasein:
Sicher schreiten die Lebensbahn:

Liebe hegen im Wesenskern:
Hoffnung prägen in jedes Tun:
Vertrauen legen in alles Denken:

Diese *Fünf* führen mich zum Ziel
Diese *Fünf* gaben mir das Dasein.

Seara:

Privire retrospectivă asupra zilei.
În ordine inversă plastic reprezentată.

XIII

Altă formă a exerciţiului precedent.

Dimineaţa:

Statornicie:	piciorul stâng
Siguranţă:	piciorul drept
Forţă:	inima
Iubire:	braţul stâng
Speranţă:	braţul drept
Încredere:	capul

Statornic să mă aşez în *existenţă*:	concentrare asupra piciorului stâng
Sigur să păşesc în viaţă:	concentrare asupra piciorului drept
Forţă îmi curge în inimă:	concentrare asupra inimii
Iubire nutresc în miezul fiinţei mele:	concentrare asupra braţului stâng
Speranţă întipăresc în fiecare faptă:	concentrare asupra braţului drept
Încredere pun în orice gând:	concentrare asupra capului

Acestea *şase* mă călăuzesc prin *existenţă*

Standhaft stelle ich mich ins *Dasein*:
Sicher schreite ich die Lebensbahn:
Kraft fließt mir ins Herz:
Liebe hege ich im Wesenskern:
Hoffnung präge ich in jedes Tun:
Vertrauen lege ich in alles Denken:

Diese *sechs* geleiten mich durchs *Dasein*.

Seara:

Privire retrospectivă.
Plastică. De la sfârşit la început.

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

II
EXERCIŢII PRINCIPALE

Două din exerciţiile principiale cu valabilitate generală [Nota 8]

I

Dis de dimineaţă, imediat după trezire, înainte ca alte impresii să fi pătruns în suflet, te dărui meditaţiei. Te străduieşti să faci cu totul linişte în lăuntrul tău, adică să desprinzi întreaga atenţie de impresiile exterioare, precum şi de toate amintirile legate de viaţa cotidiană. Încerci, de asemenea, să-ţi eliberezi sufletul de toate supărările şi grijile care, te apasă poate în aceste momente, vor vrea să te năpădească. După aceasta începe meditaţia. Ca să-ţi uşurezi liniştea interioară, îndreaptă-ţi mai întâi conştienţa asupra unei singure reprezentări, să zicem *"liniştea"*, cufundă-te în ea pe deplin, după care fă-o să dispară din conştienţă, astfel încât în suflet să nu mai rămână nici o reprezentare, şi să poată primi viaţă în el doar conţinutul următoarelor şapte rânduri. Aceste şapte rânduri trebuie acum să trăiască *cinci* minute în conştienţă. Dacă vor să dea năvală alte reprezentări, te reîntorci mereu la aceste şapte rânduri în care încerci să te adânceşti cu totul.

În razele curate ale luminii
Străluceşte Divinitatea lumii.
În iubirea curată faţă de toate fiinţele
Radiază dumnezeirea sufletului meu.
Mă odihnesc în Divinitatea lumii;
Mă voi găsi pe mine însumi
În Divinitatea lumii.

In den reinen Strahlen des Lichtes
Erglänzt die Gottheit der Welt.
In der reinen Liebe zu allen Wesen
Erstrahlt die Göttlichkeit meiner Seele.
Ich ruhe in der Gottheit der Welt;
Ich werde mich selbst finden
In der Gottheit der Welt

După ce ai exersat acest conţinut cinci minute, treci la cele ce urmează.

Inspiri o dată, liniştit şi puternic; după inspiraţie expiri imediat, la fel de liniştit şi puternic, în aşa fel încât între inspiraţie şi expiraţie să nu fie nici o pauză. Te abţii apoi un scurt timp de la respiraţie, străduindu-te totodată să laşi aerul cu totul în afara corpului.

Trebuie respectate cu aproximaţie următoarele raporturi de timp: durata inspiraţiei este la voia fiecăruia, în funcţie de forţele de care dispune; durata expiraţiei trebuie să fie dublă faţă de a inspiraţiei, iar reţinerea respiraţiei durează de trei ori cât inspiraţia. Deci, dacă avem nevoie de două secunde pentru inspiraţie, atunci vor fi patru pentru expiraţie, şase pentru reţinere. Repetaţi de *patru* ori aceasta: inspiraţie, expiraţie, reţinere.

Când inspiri şi expiri nu te gândeşti la nimic, ci îţi îndrepţi toată atenţia asupra respiraţiei; dimpotrivă, în timpul *primei* reţineri te concentrezi cu totul asupra punctului dintre sprâncene, adică la rădăcina nasului (puţin înlăuntrul părţii anterioare a creierului), şi umpli conştienţa numai cu aceste cuvinte:

Eu sunt. (Ich bin.)

În timpul celei de a doua reţineri te concentrezi asupra unui punct din interiorul laringelui, umplându-ţi totodată conştienţa numai cu reprezentarea:

Ea gândeşte. (Es denkt.)

În timpul reţinerii a treia, te concentrezi asupra celor două braţe şi mâini. Mâinile se ţin acum fie împreunate fie aşezate dreapta peste stânga. Îţi umpli de data aceasta conştienţa cu ideea :

El simte. (Sie fühlt.)

În timpul celei de a patra reţineri te concentrezi asupra întregii suprafeţe a corpului, căutând să ai o cât mai clară reprezentare corporală proprie şi îţi umpli totodată conştienţa cu ideea:

El voieşte. (Er will.)

(Dacă vei continua energic aceste exerciţii de concentrare timp de câteva săptămâni, vei simţi ceva, în punctele asupra cărora te-ai concentrat, deci la rădăcina nasului, în laringe; un curent în braţe şi mâini şi pe întreaga suprafaţă exterioară a corpului.

Concentrându-te asupra braţelor şi mâinilor, vei simţi cum acestea sunt desfăcute ca printr-o forţă; lasă-le să se desfacă, adică să urmeze fluxul de putere, dar nu-ţi sugera singur acest lucru. Trebuie să apară de la sine.

În cele de mai sus, la "ea gândeşte", "ea" se referă la gândirea generală universală, care trebuie să trăiască impersonal în cuvintele noastre. La "el simte", "el" se referă la sufletul lumii, ceea ce înseamnă că trebuie să trăieşti afectiv nu în mod personal, ci impersonal, în felul în care o face sufletul lumii; la "el voieşte", "el" se referă la Dumnezeu, în a cărui voinţă ne lăsăm întreaga noastră existenţă.)

După ce ai executat aceste patru respiraţii, îţi umpli conştienţa pentru o bucată de timp, dar în mod exclusiv, cu una din următoarele reprezentări, cufundându-te în ea pe deplin şi neîngăduind ca altceva să mai intre în acest timp în suflet :

Date de Rudolf Steiner în funcţie de personalitatea discipolului, ca de exemplu:

"Puterea mea" ("Meine Kraft")
sau "Eu în mine" ("Ich in mir")
sau "Eu vreau" ("Ich will")
sau "Eu sunt statornic" ("Ich bin beständig")
sau "Linişte în tărie,
tărie în linişte"
("Ruhe in der Stärke,
Stärke in der Ruhe")
sau "Căldură sufletească mă străbate"
("Seelenwärme durchdringet mich")

După aceasta te adânceşti cinci minute în propriul tău ideal divin. Fă-o cu toată cucernicia.

Întreaga meditaţie nu trebuie să depăşească 15 minute.

La toate raporturile de timp indicate mai sus orientează-te nu după ceas, ci după simţ. Atenţie ca poziţia corpului să ţi-o alegi în aşa fel încât să nu-ţi distragă atenţia, de pildă prin oboseală.

*

O formulare mai individualizată a mantrei de mai sus: [Nota 9]

În razele pure ale luminii
Străluceşte Dumnezeirea luminii.
În focul pur al eterului
Radiază înalta putere a Eului.
Mă odihnesc în Spiritul lumii,
Mă voi găsi mereu
În Spiritul veşnic al lumii.

In den reinen Strahlen des Lichtes
Erglänzt die Gottheit der Welt.
In dem reinen Feuer des Äthers
Erstrhalt der Ichheit hohe kraft.
Ich ruhe in der Geiste der Welt;
Ich werde mich immer finden
Im ewigen Geiste der Welt.

II

1. Se va lua o meditaţie de dimineaţă care trebuie dezvoltată în felul următor:

Dis de dimineaţă, înaintea oricăror îndeletniciri cotidiene şi înainte de a fi mâncat ceva, se va crea în suflet o linişte desăvârşită. Atenţia să fie sustrasă tuturor impresiilor senzoriale exterioare si tuturor reprezentărilor obişnuite ale intelectului. Trebuie să tacă pe deplin şi toate amintirile evenimentelor obişnuite. Înainte de toate, grijile şi supărările vieţii trebuie să fie complet reduse la tăcere.

Atunci trebuie să se ridice din sufletul pe deplin liniştit o singură idee :

Sus toate precum jos
Jos toate precum sus

Oben alles wie unten
Unten alles wie oben

Acum, timp de zece minute (socotite nu după ceas, ci după senzaţie) trebuie să trăieşti numai în astfel de reprezentări, pe care le poţi obţine din lume prin aplicarea acestei reprezentări asupra fenomenelor lumii. La început nu este atât de important ca aceste reprezentări să fie toate corecte, ci ca ele să fie îndreptate în această direcţie. Trebuie totuşi să te străduieşti, cât poţi de mult, să gândeşti numai reprezentări corecte.

Odată terminată aceasta, se va trece la următoarele: vei face şapte respiraţii, îngrijindu-te însă să inspiri numai atât încât să nu prejudicieze executarea pe mai departe :

Inspiri; după terminarea inspiraţiei expiri imediat, apoi laşi aerul afară, aşa încât un timp inspiraţia să fie complet oprită.

Trebuie luaţi în considerare următorii timpi:

Inspiraţie: aşa cum s-a arătat mai sus, oricât de lungă.

Expiraţia: durată dublă faţă de inspiraţie.

Reţinerea suflului: de patru ori mai lungă decât inspiraţia (asta la început, treptat până la o durată de zece ori mai mare decât inspiraţia).

În timpul primei şi celei de-a doua reţineri trebuie să te adânceşti cu totul în reprezentarea:

Eu sunt

concentrându-te asupra punctului de la rădăcina nasului. (Se poate găsi acest punct dacă de la punctul dintre sprâncene tragi o linie orizontală înapoi; punctul căutat se află la aproximativ un centimetru în spate).

În timpul celei de-a treia şi a patra reţineri te vei adânci în reprezentarea:

Ea gândeşte

concentrându-te asupra laringelui.

În timpul celei de-a cincea si a şasea reţineri te adânceşti în reprezentarea:

El simte

concentrându-te asupra inimii.

În timpul celei de-a şaptea reţineri te vei adânci în:

El vrea

concentrându-te asupra buricului, trasând în gând raze ce străbat întregul abdomen.

În timpul inspiraţiei şi al expiraţiei să te abţii de la orice gând. ("Ea" (ea gândeşte) înseamnă gândirea lumii; "El" (el simte) înseamnă sufletul lumii; "El" (el vrea) înseamnă spiritul cosmic. Aceste reprezentări sunt doar orientative. În timpul meditaţiei nu trebuie să fie prezente în conştienţă. N-ar face decât să tulbure caracterul mantric al formulelor de mai sus).

Se încheie întreg exerciţiul cufundându-te cu evlavie timp de cinci minute în propriul tău ideal divin.

2. În cursul zilei se vor face exerciţiile secundare descrise separat.

3. Seara, privire retrospectivă asupra evenimentelor zilei.

Alcoolul trebuie absolut evitat. Hrana vegetariană nu este neapărat necesară; este însă stimulatoare. [Nota 10]

Explicaţii la cele două exerciţii principale cu valabilitate generală [Nota 11]

Celui ce tinde spre o dezvoltare esoterică, trebuie să-i fie limpede, înainte de orice, că în anumite propoziţii foarte simple se află ascunsă o forţă care devine activă atunci când lasă aceste propoziţii să trăiască în sufletul său. Nu cuprinde ce trebuie, dacă vrea să înţeleagă asemenea propoziţii numai cu intelectul. Ele îi vor spune foarte puţin astfel. El trebuie să lase ca întregul său interior să se umple de o asemenea propoziţie un anumit timp, să i se dăruie cu toate puterile lui sufleteşti. - O asemenea propoziţie este: "Eu sunt".

În această propoziţie zace de fapt întregul mister al existenţei umane contemporane.O asemenea propoziţie poate fi gândită, simţită şi voită în interior numai de o fiinţă care are o înfăţişare exterioară cum e aceea a omului pământean contemporan. Figura unei asemenea fiinţe trebuie să se fi constituit în aşa fel, încât toate forţele active în trup să ţintească spre forma care culminează prin fruntea boltită înainte. Fruntea astfel boltită şi "Eu sunt" merg mână în mână. În perioadele timpurii de dezvoltare ale înfăţişării omeneşti a existat o treaptă când această înfăţişare încă nu ajunsese la o asemenea frunte boltită înainte. Odinioară "Eu sunt" nu putea fi încă gândit, voit şi simţit lăuntric. Ar fi însă cu totul incorect acum să credem că înfăţişarea corpului descrisă mai sus l-a generat pe "Eu sunt". Acest "Eu sunt" era deja dinainte prezent. Numai că nu se putea exprima într-o formă corespunzătoare. Aşa cum se manifestă acum în forma corporală a omului, se exprima înainte într-o lume sufletească. Şi tocmai această forţă a lui "Eu sunt" e cea care, într-o vreme a trecutului îndepărtat, s-a unit cu acel corp omenesc care încă nu avea forma de azi a frunţii, şi această forţă a lui "Eu sunt" a împins înfăţişarea anterioară spre fruntea actuală. ❙ Aşa se face că omul, printr-o anumită cufundare în "Eu sunt" poate simţi în sine forţa care l-a făcut să ajungă chiar la forma actuală. Iar această forţă este superioară forţelor existente astăzi în viaţa lui obişnuită. Căci forţa creatoare sufletească e cea care modelează trupul acţionând din suflet. ❙ De aceea discipolul esoteric trebuie să se cufunde pe deplin, pentru un timp scurt, în "Eu sunt", adică să-l gândească pe acest "Eu sunt" şi totodată să trăiască în sine ceva ce s-ar putea formula cam aşa: "Mă bucur că pot participa la lume ca fiinţă de sine stătătoare". Şi să încerce şi un sentiment de genul acesta: "Vreau să-mi introduc existenţa şi pe mine însumi în întreaga înlănţuire a lumii". Când omul condensează toate acestea într-un unic act lăuntric al conştienţei şi totodată îşi transpune întreaga forţă a conştienţei asupra regiunilor frontale şi a părţilor din creier aflate sub ea, el se transpune într-adevăr într-o lume superioară din care a s-a realizat alcătuirea frunţii sale. Numai să nu creadă că va putea cuceri îndată, de azi pe mâine, aceste lumi superioare. Trebuie, dimpotrivă, să dovedească răbdarea de a întreprinde zilnic, tot mereu, timp îndelungat, această cufundare. Dacă are această răbdare, va remarca după câtva timp cum în el răsare un gând care nu mai e un simplu gând gândit, ci un gând viu, străbătut de forţă. Îşi va putea spune cam aşa: ca acest gând trebuie să fie lăuntric vie şi forţa care se află în germenul vegetal şi care îl face să crească într-o plantă complexă. ❙ În curând acest gândi se va arăta aşa, ca şi cum ar emana lumină. În această revărsare lăuntrică de lumină omul se simte bucuros că există. Îl străbate un sentiment pe care îl putem caracteriza numai prin cuvintele: "Iubire bucuroasă pentru viaţa creatoare". Iar voinţei i se transmite o forţă, ca şi cum gândul amintit ar impregna-o de o căldură care o face energică. Omul poate sorbi toate acestea din adâncirea justă, descrisă mai sus în "Eu sunt". Omul îşi va da seama, încetul cu încetul, că pe această cale în el s-a născut o forţă intelectuală, sufletească şi morală de cea mai înaltă calitate, şi că astfel reuşeşte să intre într-o relaţie din ce în ce mai conştientă cu o lume mai înaltă.

O a doua propoziţie de acest fel este: "Ea gândeşte". Acest "Ea gândeşte" înfăţişează, într-un fel asemănător celui care tocmai a fost descris pentru "Eu sunt", forţa prin care a fost plăsmuită, din lumile superioare, forma instrumentelor umane de vorbire. Când gândirea nu trăia încă într-un corp omenesc, ci într-o lume mai înaltă, sufletească, ea făcu de acolo ca făpturii umane să i se adauge organele vorbirii, până atunci absente. De aceea, când discipolul esoteric se cufundă pe dea-ntregul cu gândirea, simţirea şi voinţa sa în "Ea gândeşte", şi totodată îşi concentrează conştienţa asupra zonei laringelui, el trăieşte forţa sufletească creatoare ce s-a manifestat din lumile superioare în crearea organelor vorbirii. Dacă are iarăşi răbdarea menţionată, va putea trăi felul în care din "Ea gândeşte" ies iradieri care sunt ca un punct de plecare al unei armonii muzicale spirituale şi îl umplu cu un sentiment de pietate sacră, şi în acelaşi timp cu o forţă care-i spune:

"Ceea ce vreau eu ca om, va deveni, treptat, tot mai înţelept". El va dobândi o presimţire despre acea forţă care se revarsă ca forţă divin-spirituală în cosmos şi care ordonează toate lucrurile după mărime, număr şi greutate.

A treia propoziţie este: "El simte". Nici forţa cuprinsă în această propoziţie nu era odinioară ❙ şi anume într-un timp şi mai îndepărtat ❙ în om, ci într-o lume sufletească superioară. De acolo ea acţiona în jos modificând forma pe care corpul omenesc o avusese până atunci. Căci acest corp omenesc nu avusese, până atunci, mâinile deosebite de picioare. Mâinile şi picioarele de azi erau odinioară organe de mişcare formate la fel. De aceea omul nici nu-şi dobândise încă mersul vertical. A fost un mare pas înainte în dezvoltarea omenească faptul că organele de mişcare din faţă s-au transformat în organe de lucru. Omul dobândi prin aceasta mersul vertical, care-l face capabil să învingă natura inferioară, în timp ce privirea îi este îndreptată spre lumile spirituale cereşti. Prin aceasta însă, deveni în stare să-şi formeze şi o karmă. Căci numai faptele unei fiinţe astfel constituite stau în propria ei responsabilitate. În acest scop l-au transformat entităţi spirituale pe om pe vremea când "El simte", care se afla înainte numai în ele, s-a revărsat în corpul omenesc. Dacă discipolul esoteric se cufundă în acest "El simte" într-un mod asemănător celui care a fost descris mai sus, atunci el se ridică la forţele creatoare corespunzătoare ale lumilor superioare. Trebuie doar ca la propoziţia "El simte" să-şi concentreze întreaga conştienţă asupra ambelor braţe şi mâini. Din gândul "El simte" se va revărsa atunci în el o trăire lăuntrică de indescriptibilă fericire. Am putea caracteriza acest sentiment ca fiind cel al iubirii în existenţă activă. Prin el, omul devine conştient de felul cum curge iubirea creatoare prin spaţiul cosmic şi cum introduce în toate suflul dătător de viaţă.

O a patra propoziţie este: "El vrea". Prin puterea acestei afirmaţii ❙ în trecutul celor mai îndepărtate origini ❙ a fost format pentru prima dată corpul omenesc ca fiinţă independentă de mediu.

Înainte ca această forţă să acţioneze asupra lui din lumile sufleteşti superioare, corpul omenesc nu era încă izolat din toate părţile printr-o piele exterioară, curenţii de substanţă curgând de pretutindeni în el, şi din el. Nu avea o viaţă de sine stătătoare, viaţa sa fiind una cu cea a ambianţei. Firește că această ambianţă era odinioară cu totul alta decât ambianţa pământească actuală. Dacă discipolul esoteric se adânceşte în "El vrea" cu întreaga sa gândire, simţire şi voinţă, şi totodată îşi concentrează conştienţa asupra întregii suprafeţe exterioare a pielii, el se transpune treptat în înaltele forţe creatoare ale lui "El vrea". Sunt acele forţe creatoare ale lumii suprasensibile prin care lucrurilor sensibile le este dată forma şi înfăţişarea proprie. Dacă are suficientă stăruinţă, omul va simţi în trăirea lăuntrică a acestui gând ceva deosebit: ca şi cum s-ar fi ridicat deasupra întregii existenţe senzorial-corporale şi ar privi în jos la câmpul creaţiei senzoriale pentru a acţiona asupra acestuia aşa cum o cer gândurile divine dobândite în lumea spirituală. Forţa care provine din gând este cea a transpunerii ardente în spiritualitatea pură precum şi a câştigării conştienţei că poţi procura acestei lumi sensibile, din regiunile superioare, tot ce are nevoie.

În timp ce se adânceşte în aceste gânduri-forţă, esotericianul îşi va îndrepta atenţia asupra procesului de respiraţie şi îl va modifica, pentru o scurtă perioadă de timp, dintr-o activitate inconştientă într-una reglată în mod conştient. Căci, în timp ce influenţa descrisă a forţelor din lumile superioare asupra formei omului dădea naştere transformării arătate, în interiorul acestei forme umane era realizat, prin aceleaşi forţe, sistemul actual de respiraţie, care este necesar unei fiinţe cu o asemenea autonomie a corpului, cu asemenea mâini care lucrează cu răspundere proprie, cu asemenea organe ale vorbirii care transpun viaţa interioară a sufletului în ton perceptibil în afară. Prin orientarea corespunzătoare a atenţiei asupra procesului respirator se stimulează ridicarea în regiunile creatoare superioare ale lumii.

Dacă discipolul esoteric învaţă să trăiască din ce în ce mai conştient forţele superioare ale lumii care dormitează mereu în el ❙ lucru ignorat până atunci de el ❙, cele însuşite deja anterior prin studiu vor deveni vii pentru el, va putea să le înţeleagă cu presimţirea. Trebuie să fi făcut cunoştinţă cu trecerea omului prin diverse trepte de transformare, odată cu întreaga evoluţie a pământului, înainte de ajungerea la starea actuală a pământului. Aceste stări de transformare se numesc: starea saturneană, starea solară, starea lunară. Discipolul a trebuit să mai facă cunoştinţă şi cu faptul că în epocile mai târzii se repetă, într-un anumit mod, anumite stări anterioare. Aşa s-au repetat în timpul dezvoltării terestre stările saturneană, solară şi lunară, în aşa fel încât repetarea saturneană corespunde activităţii creatoare a lui "El vrea" asupra învelişului omenesc exterior. Repetarea solară corespunde activităţii creatoare a lui "El simte" asupra braţelor şi mâinilor, iar repetarea lunară corespunde activităţii creatoare a lui "Ea gândeşte" asupra organelor vorbirii. Se poate vedea astfel cum omul părăseşte concepţia despre trup ca fiinţă creată numai în lumea senzorială şi se familiarizează cu contemplarea lumilor superioare, unde se află forţele care lucrează asupra omului. Tot aşa, simple noţiuni pe care le-a preluat până acum despre lucruri ca Saturn, Soare, Lună devin contemplări şi trăiri vii. Şi aşa trebuie să fie, dacă trebuie găsit drumul de la exoteric la esoteric. Firește, ceea ce a fost dat aici ca exerciţiu trebuie considerat doar un început. Cele de aici trebuie însă lucrate cu toată energia: discipolul va ajunge atunci în stare să realizeze şi celelalte exerciţii prin care vor fi trezite în el forţe încă şi mai înalte ce dormitează în lăuntrul omului. Important este să intuiască realităţile spirituale latente în cuvintele "Eu sunt", "Ea gândeşte", "El simte", "El vrea" şi să simtă legătura lor cu membrele corpului, care este o formaţiune reieşită din lumea spirituală.

Pentru informare mai trebuie spus că, în cuvintele-forţă de mai sus, cele trei forme

EA ❙ EL ❙ EL

au rădăcini în însăşi natura lumii superioare.

"Ea" ("Es") este cuvântul-forţă pentru gândirea lumii, adică pentru acele entităţi din lumea superioară cărora gândirea creatoare le e proprie în acelaşi grad precum contemplarea senzorială oamenilor aflaţi sub ele.

"El" ("Sie") este cuvântul-forţă pentru sufletul lumii care are o simţire ce se revarsă din el, pe când simţirea omenească se declanşează printr-un stimulent din afară. Acea simţire a sufletului lumii este iubirea creatoare a lumii, prin care lucrurile intră în existenţă.

"El" ("Er") este cuvântul-forţă pentru voinţa lumii, pentru spiritul lumii a cărui voinţă acţionează din sine însuşi, în timp ce voinţa omenească este determinată să acţioneze prin lumea exterioară. Acest "El" este forţa originară creatoare a lumii.

Exerciţii principale date individual diferiţilor discipoli [Nota 12]

I

Exerciţii principale pentru dimineaţa şi seara.

Dimineaţa, pe cât posibil imediat după trezire :

Sustrageţi atenţia de la toate impresiile senzoriale exterioare precum şi de la toate amintirile legate de viaţa cotidiană. Cu sufletul astfel golit umple-te mai întâi de reprezentarea *"linişte"*. Trebuie să fie ca şi cum acest sentiment al liniştii s-ar revărsa în tot trupul. Asta va dura însă foarte puţin (două-cinci secunde). Laşi apoi sufletul, pentru aproximativ cinci minute, să se umple de conţinutul următoarelor *şapte* rânduri:

Plăsmuiri izvorâtoare de lumină
Mare strălucitoare, de talazuri a spiritului,
Pe voi v-a părăsit sufletul meu.
În Divinitate a stat el,
În Ea îşi odihni fiinţa.
În împărăţia învelişurilor existenţiale
Păşeşte acum conştient *Eul* meu.

Lichterstrahlende Gebilde
Glänzendes Wogenmeer des Geistes,
Euch verließ die Seele.
In dem Göttlichen weilte sie,
In ihm ruhte ihr Wesen.
In das Reich der Daseinshüllen
Tritt bewußt mein *Ich*.

Încearcă să-ţi reprezinţi aceste rânduri cât mai plastic cu putinţă. Pentru primele două versuri imaginează-ţi o mare de lumină în care se încheagă forme; pentru al treilea, al patrulea si al cincilea rând gândeşte-te cum apare sufletul, la trezire, din această mare de lumină. La ultimele două rânduri gândeşte-te cum intri, prin trezire, în învelişurile corpului.

În cursul zilei vei face exerciţiile secundare. La acestea nu e atât de important să fii legat de o anumită oră.

Seara: "Am primit toată ziua impresii de la lumea exterioară fizic-sensibilă şi mi-am format reprezentări asupra lor. În timpul nopţii nu voia vea asemenea impresii. Voi fi în lumea spirituală. Îmi voi reprezenta acum lumea suprasensibilă prin simboluri, pentru ca aceste simboluri să mă introducă încetul cu încetul în această lume suprasensibilă. Îmi voi imagina că spaţiul din jurul meu şi din mine este umplut de lumină suprasensibilă ca şi când o mare de lumină ar străluci multicolor, iar această mare de lumină ar fi străbătută de curenţi de căldură; unul din aceşti curenţi de căldură pătrunde în inima mea; (lumina ▮simbol al înţelepciunii divine; căldura ▮simbol al iubirii divine).

Străduieşte-te să reţii în mod meditativ această reprezentare în deplină linişte a sufletului, timp de trei - patru minute, iar după aceea păstrează bine în suflet impresia pe care o lasă în el cele şapte rânduri ale meditaţiei de mai jos:

Eul meu păşeşte conştient
Din împărăţia învelişurilor existenţiale,
Spre odihna sa întru fiinţa lumilor.
Spre Divin năzuieşte el.
Dobândeşte, suflete, împărăţia aceasta;
A spiritului strălucitoare mare vălurită,
Ale luminii plăsmuiri iradiante.

Es tritt bewußt mein Ich
Aus dem Reich der Daseinshüllen,
Zu ruhen in der Welten Wesen.
Ins Göttliche strebet es.
Gewinne Seele dieses Reich;
Des Geistes glänzend Wogenmeer,
Des Lichts erstrahlende Gebilde.

Apoi privirea retrospectivă a celor trăite în timpul zilei, imaginativ şi în ordine inversă.

II

Seara:

Trăieşte în simboluri conţinutul luminii, a căldurii, apoi :

În Divinitatea lumii
Mă voi găsi pe mine însumi,
În EA mă odihnesc.
Dumnezeirea sufletului meu radiază
În iubirea pură faţă de toate fiinţele,
Divinitatea lumii străluceşte
În razele pure ale luminii.

In der Gottheit der Welt
Werde ich mich selber finden,
In IHR ruhe ich.
Es erstrahlt die Göttlichkeit meiner Seele
In der reinen Liebe zu allen Wesen,
Es erglänzt die Gottheit der Welt
In den reinen Strahlen des Lichts.

(Dăruieşte-te cinci minute efectului acestei meditaţii, apoi privirea retrospectivă a celor trăite în cursul zilei, şapte - opt minute.)

Reprezentarea crucii cu trandafiri

În inima mea sălăşluiască lumina lumii.

In meinem Herzen wohne Weltenlicht.

Dimineaţa:

Redeşteptarea imaginilor.

În razele pure ale luminii
Străluceşte Divinitatea lumii.
În iubirea pură faţă de toate fiinţele
Radiază Dumnezeirea sufletului meu.
Mă odihnesc în Divinitatea lumii;
Mă voi găsi pe mine însumi
În Divinitatea lumii.

In den reinen Strahlen des Lichts
Erglänzt die Gottheit der Welt.
In der reinen Liebe zu allen Wesen
Errstrahlt die Göttlichkeit meiner Seele.
Ich ruhe in der Gottheit derWelt;
Ich werde mich selbst finden
In der Gottheit der Welt.

(Dedică cinci minute efectului. Apoi: linişte sufletească)

Reprezentarea unei plante care creşte; să crească în gând foarte lent în faţa ta: frunză cu frunză, floare, fruct. Imaginează-ţi forţa: cum determină ea devenirea. Închipuie-ţi apoi această forţă sălăşluind în propria-ţi inimă.

(Concentrează-te asupra ei două - trei minute).

Sălăşluiască în inima mea Cuvânt al lumii

In meinem Herzen wohne Weltenwort.

În timpul zilei: exerciţii secundare.

III

Seara:

Meditaţia asupra crucii cu trandafiri.

Acest semn îmi arată
Victoria vieţii asupra puterii morţii.
În mine vreau să simt
Înţelesul acestui semn.
El mă va ridica
Şi ridicat mă va purta
În toate sferele vieţii.

Es weiset dieses Zeichen mir
Lebenssieg über Todesmacht.
In mir fühlen will ich
Dieses Zeichens Sinn.
Es wird mich aufrichten
Und aufgerichtet tragen
In allen Lebenssphären.

Dimineaţa:

La început a fost Cuvântul
Şi Cuvântul să fie în mine;
Şi Cuvântul a fost dumnezeiesc.
Şi cu dumnezeiască putere
Să mă pătrundă Cuvântul.
Şi un Dumnezeu a fost Cuvântul
Şi puterea lui Dumnezeu să o dea Cuvântul voinţei mele.

Im Urbeginn war das Wort
Und das Wort sei in mir;

Und das Wort war göttlich.
Und mit göttlicher Kraft
Durcdringe mich das Wort.
Und ein Gott war das Wort
Und Gotteskraft gebe das Wort meinem Willen.

În cursul zilei, exerciţii secundare.

IV

Seara:

Reprezentarea crucii cu trandafiri.

Tu, suflete al meu,
Priveşte spre acest semn:
El să-ţi fie expresie
A spiritului lumii
Care umple depărtările lumilor,
Care acţionează prin curgerea timpului
Şi veşnic lucrează în tine.
(linişte sufletească)

Du meine Seele,
Blicke hin auf dieses Zeichen:
Ausdruck sei es dir
Des Weltengeistes,
Der erfüllet Weltenweiten,
Der da wirkt durch Zeitenfolgen
Und ewig wirkt in dir.

Dimineaţa:

Reprezentarea crucii cu trandafiri.

Întru acest semn
Să stea gândirea mea,
Să stea voinţa mea,
Să stea simţirea mea.
Ce îmi arată el
Trăiască în adâncurile inimii mele,
Trăiască în mine ca lumină.
(linişte sufletească)

In diesem Zeichen
Stehe mein Denken,
Stehe mein Wollen,
Stehe mein Fühlen.
Was es deutet
Lebe in meines Herzens Tiefen,
Lebe als Licht in mir.

V

Seara:

1. Privire retrospectivă aşa cum se cere în ***Cum se dobândesc cunoştinţe despre lumile superioare***, aproximativ cinci minute.

2. Meditaţia crucii cu trandafiri, care durează aproximativ cinci minute şi urmată de alte cinci minute consacrate acestei meditaţii.

În razele pure ale luminii
Pot contempla
Forţa pură a întregii înţelepciuni.
În pulsaţia inimii
Pot simţi
Simbolul puternic al întregii existenţe.
Pe amândouă vreau să le simt.
(linişte sufletească)

In des Lichtes reinen Strahlen
Kann ich schauen
Aller Weisheit reine Kraft.
In des Herzens Wellenschlag
Kann ich fühlen
Alles Daseins starkes Sinnbild.
Beides will ich fühlen.

Dimineaţa:

Mai întâi meditaţia crucii cu trandafiri.

Apoi cufundarea în gândul:

Înţelepciune în spirit,
Iubire în suflet,
Forţă în voinţă:
Ele mă conduc
Şi mă ţin.
Mă încred în ele,
Şi le aduc jertfă.
(linişte sufletească)

Weisheit im Geiste,
Liebe in der Seele,
Kraft im Willen:
Sie gleiten mich
Und halten mich.
Ich vertraue ihnen,
Ich opfre ihnen.

Exerciţiile secundare în sensul celor din ***Ştiinţa ocultă***.

VI

Seara:

Raze pure ale luminii
Arătaţi-mi spiritul lumilor;
Căldura pură a iubirii
Arată-mi sufletul lumilor.
Intimitate divină
În inima mea
În spiritul meu.
(linişte sufletească)

Des Lichtes reine Strahlen
Zeiget mir der Welten Geist;
Der Liebe reine Wärme
Zeige mir der Welten Seele.
Gottinnigkeit
In meinem Herzen
In meinem Geist.

Dimineaţa:

Reprezentarea crucii cu trandafiri.

În spiritul meu
În inima mea
Intimitate divină.
Arată-mi sufletul lumilor
A iubirii căldură pură;
Arătaţi-mi spiritul lumilor
Ale luminii raze pure.
(linişte sufletească)

In meinem Geist
In meinem Herzen
Gottinnigkeit.
Zeige mir der Welten Seele
Der Liebe reine Wärme;
Zeiget mir der Welten Geist
Des Lichtes reine Strahlen.

VII

Seara:

1. Privire retrospectivă. De seara spre dimineaţă.

2. Albastrul cerului cu multe stele :

Cucernic şi cu veneraţie
Trimite presimţind în depărtări de spaţiu
Suflete al meu privirea-ţi simţitoare.
Această privire să preia
Şi să trimită în adâncurile inimii mele
Lumină, Iubire, Viaţă,
Din lumile spiritului.
(linişte sufletească)

Fromm und ehrfürchtig
Sende ahnend in Raumesweiten
Meine Seele den fühlenden Blick.
Aufnehme dieser Blick
Und sende in meines Herzens Tiefen
Licht, Liebe, Leben,
Aus Geisteswelten.

Dimineaţa:

Reprezentarea crucii cu trandafiri.

Ce în acest simbol
Îmi spune
Spiritul înalt al lumilor,
Să umple sufletul meu
În tot timpul
În toate împrejurările vieţii
Cu lumină, iubire, viaţă.
(linişte sufletească)

Was in diesem Sinnbild
Zu mir spricht
Der Welten hoher Geist,
Erfülle meine Seele
Zu aller Zeit
In allen Lebenslagen
Mit Licht, Liebe, Leben.

Şase exerciţii secundare.

VIII

Dimineaţa:

Se luminează de ziuă,
Dispar stelele.
Se luminează sufletul,
Dispar visele,
Zi primeşte-mă,
Zi ocroteşte-mă
În schimbătoarea viaţă pământească.

Es dämmert die Sonne,
Es schwinden die Sterne.
Es dämmert die Seele,
Es schwinden die Träume,
Tag nimm mich auf.
Tag beschütze mich
In wandelndem Erdenleben.

Seara:

Când lumea stelelor
Răpeşte Eul meu adormit
În împărăţia spiritului:
Din puterea activă a lumilor
Îmi iau forţă sufletească
De a năzui spre spirit.

Wenn Sternenweltensein
Mein Ich ins Geistgebiet
Schlafend entrückt:
Hole ich mir Seelenkraft
Aus wirkender Weltenmacht,
Zu streben geisteswärts.

IX

Cuvinte meditative pentru cei deja avansaţi, destinate trezirii sentimentului.

Seara:

1. Privire retrospectivă.

2. Transpune-te cu închipuirea în spaţiul nocturn luminat de lună; apoi trăieşte *sentimentul* acesta:

La început era Iahve
Şi Iahve era la Elohimi
Şi Iahve era unul din Elohimi
Şi Iahve trăieşte în mine.

Im Urbeginn war Jahve
Und Jahve war bei den Elohim
Und Jahve war einer der Elohim
Und Jahve lebt in mir.

Apoi transformă cu închipuirea spaţiul luminat de lună în zi luminată de soare şi trăieşte cu aceste *sentimente*:

Şi Christos trăieşte în mine
Şi Christos e unul din Elohimi
Şi Christos e la Elohimi
La sfârşit va fi Christos.

Und Christus lebt in mir
Und Christus ist einer der Elohim
Und Christus ist bei den Elohim
Am Ende wird sein Christus.

Dimineaţa:

Mai întâi zi luminată de soare ❙ trăieşte apoi, într-o dispoziţie sufletească crepusculară :

La sfârşit va fi Christos

Am Ende wird sein Christus

Apoi reprezentare ❙ soarele deasupra capului:

Şi Christos este în mine

Und Christus ist in mir

Apoi reprezentarea zilei ❙ trăieşte într-o dispoziţie sufletească matinală:

Şi eu sunt într-o lume christificată.

Und ich bin in durchchristeter Welt.

La acestea: şase exerciţii secundare.

X

Seara:

Se înalţă plutind
Din adâncurile lumilor } meditează mai mult reprezentând
Soarele ❙ Christos
Lumina Lui devine spirit ❙ meditează reprezentând şi simţind
Străluceşte în spaţiu
Spiritualizează în mine } meditează simţind
Trăieşte în eul meu

Es schwebet empor
Aus den Weltentiefen
Die Christussonne
Ihr Licht wird Geist-
Es leuchtet im All
Er geistet in mir
Es lebet in meinem Ich

Dimineaţa:

Trăieşte în Eul meu
Spiritualizează în mine } meditează mai mult simţind

Străluceşte în spaţiu
E lumina spiritului — meditează simţind şi reprezentând
E lumina Soarelui christic
Din adâncuri de lumi, — meditează reprezentând
De unde vine plutind

Es lebet in meinem Ich
Es geistet in mir
Es leuchtet im All
Es ist das Geisteslicht -
Es ist Licht der Christussonne
Aus den Weltentiefen,
Aus denen es schwebend kommt.

XI

Seara:

La început a fost Cuvântul
Şi Cuvântul era la Dumnezeu
Şi un Dumnezeu era Cuvântul.
Şi Cuvântul,
Să trăiască în inimă,
În inima fiinţei tale,
În Eul tău.

Im Urbeginn war das Wort
Und das Wort war bei Gott
Und ein Gott war das Wort.
Und das Wort,
Es lebe im Herzen,
Im Herzen deines Wesens,
In deinem Ich.

Dimineaţa:

În Eul tău,
În inima fiinţei tale
Să trăiască Cuvântul,
Cuvântul Spiritului.
Şi Cuvântul era la Dumnezeu
Şi un Dumnezeu era Cuvântul.
La început a fost Cuvântul

In deinem Ich,
Im Herzen deines Wesens
Da lebe das Wort,
Das Geisteswort.
Und das Wort war bei Gott
Und ein Gott war das Wort.
Im Urbeginne war das Wort.

XII

Dimineaţa:

Statornicie: piciorul stâng
Siguranţă: piciorul drept
Iubire: mâna stângă
Speranţă: mâna dreaptă
Încredere: capul

Statornic să mă aşez în existenţă: concentrare asupra piciorului stâng
Sigur să păşesc în viaţă: concentrare asupra piciorului drept
Iubire să nutresc în miezul fiinţei: concentrare asupra braţului stâng
Speranţa să o întipăresc în fiecare faptă: concentrare asupra braţului drept
Încredere să pun în orice gând: concentrare asupra capului

Acestea *cinci* mă conduc spre ţintă
Aceste *cinci* mi-au dat existenţa.

Standhaft mich stellen ins Dasein:
Sicher schreiten die Lebensbahn:

Liebe hegen im Wesenskern:
Hoffnung prägen in jedes Tun:
Vertrauen legen in alles Denken:

Diese *Fünf* führen mich zum Ziel
Diese *Fünf* gaben mir das Dasein.

Seara:

Privire retrospectivă asupra zilei.
În ordine inversă plastic reprezentată.

XIII

Altă formă a exerciţiului precedent.

Dimineaţa:

Statornicie:	piciorul stâng
Siguranţă:	piciorul drept
Forţă:	inima
Iubire:	braţul stâng
Speranţă:	braţul drept
Încredere:	capul

Statornic să mă aşez în *existenţă*:	concentrare asupra piciorului stâng
Sigur să păşesc în viaţă:	concentrare asupra piciorului drept
Forţă îmi curge în inimă:	concentrare asupra inimii
Iubire nutresc în miezul fiinţei mele:	concentrare asupra braţului stâng
Speranţă întipăresc în fiecare faptă:	concentrare asupra braţului drept
Încredere pun în orice gând:	concentrare asupra capului

Acestea *şase* mă călăuzesc prin *existenţă*

Standhaft stelle ich mich ins *Dasein*:
Sicher schreite ich die Lebensbahn:
Kraft fließt mir ins Herz:
Liebe hege ich im Wesenskern:
Hoffnung präge ich in jedes Tun:
Vertrauen lege ich in alles Denken:

Diese *sechs* geleiten mich durchs *Dasein*.

Seara:

Privire retrospectivă.
Plastică. De la sfârşit la început.

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

III
AFORISME MANTRICE

care se pot medita în afara exerciţiilor principale şi secundare

MEDITAŢII CARE CUPRIND FIINŢA TEMPORALĂ A IERARHIILOR [Nota 13]

(Aforisme ale zilelor)

"... şapte aforisme care se repartizează pe cele şapte zile ale săptămânii. Se vor exersa în aşa fel încât vinerea te vei adânci în aforismul pentru sâmbăta, sâmbăta în cel pentru duminică şi aşa mai departe. Poţi să faci acest lucru de mai multe ori într-o zi, străduindu-te ca într-un timp de 20-30 minute să epuizezi profunzimea unui asemenea aforism. Veţi dobândi foarte mult din aceasta, pentru câştigarea unei corelaţii cu misterul atotpătrunzător al numărului şapte."

Din punct de vedere ocult, ziua începe la ora şase după amiaza.

VINERI PENTRU SÂMBĂTĂ

Mare Spirit cuprinzător,
Tu Cel care umpleai spaţiul fără de sfârşit,
când dintre mădularele trupului meu
nici unul nu exista încă.
Tu erai.
Eu îmi înalţ sufletul către Tine.
Eu eram în Tine.
Eu eram o parte a forţei Tale.
Tu Ţi-ai trimis forţele în afară,
şi în obârşia pământului se oglindi
a trupului meu întâie formă primară.
În forţele trimise de Tine în afară
eram eu însumi.
Tu erai.
Imaginea mea primară te contempla pe Tine.
Mă contempla şi pe mine însumi,
Eu, cel ce eram o parte din Tine.
Tu erai.

Großer umfassender Geist,
der Du den endlosen Raum erfültest,
als von meinen Leibesgliedern
keines noch vorhanden war.
Du warst.
Ich erhebe meine Seele zu Dir.
Ich war in Dir.
Ich war ein Teil Deiner Kraft.
Du sandtest Deine Kräfte aus,
und in der Erde Urbeginn spiegelte sich
meiner Leibesform erstes Urbild.
In Deinen ausgesandten Kräften
war ich selbst.
Du warst.
Mein Urbild schaute Dich an.
Es schaute mich selbst an,
der ich war einTeil von Dir.
Du warst.

SÂMBĂTĂ PENTRU DUMINICĂ

Mare Spirit cuprinzător,
multe prototipuri răsăreau din viaţa Ta,
odinioară, când forţele mele de viaţă
încă nu erau prezente.
Tu erai.
Eu îmi înalţ sufletul către Tine.
Eu eram în Tine.
Eu eram o parte a forţelor Tale.
Tu te-ai unit
cu obârşia pământului
întru soarele vieţii
şi mi-ai dat forţa de viaţă.
În forţele Tale strălucitoare de viaţă,
eram eu însumi.
Tu erai.
Forţa mea de viaţă iradia într-a Ta,
în spaţiu,
trupul meu îşi începu devenirea
în timp.
Tu erai.

Großer umfassender Geist,
viele Urbilder sproßten aus Deinem Leben,
damals, als meine Lebenskräfte
noch nicht vorhanden waren.
Du warst.
Ich erhebe meine Seele zu Dir.
Ich war in Dir.
Ich war ein Teil Deiner Kräfte.
Du verbandest Dich
mit der Erde Urbeginn
zur Lebenssonne
und gabest mir die Lebenskraft.
In Deinen strahlenden Lebenskräften
war ich selbst.
Du warst.
Meine Lebenskraft strahlte in der Deinen
in den Raum,
mein Leib begann sein Werden
in der Zeit.
Du warst.

DUMINICĂ PENTRU LUNI

Mare Spirit cuprinzător,
în formele Tale de viaţă străluceа simţământ,
când simţământul meu
nu exista încă.
Tu erai.
Îmi înalţ sufletul către Tine.
Eu eram în Tine.
Eu eram o parte a simţămintelor Tale.
Tu te-ai unit
cu obârşia pământului
şi în trupul meu începu
strălucirea propriului meu simţământ.
În sentimentele Tale
mă simţeam pe mine însumi.
Tu erai.
Simţămintele mele simţeau fiinţa Ta în ele,
Sufletul meu începu să existe în sine,
Pentru că Tu erai în mine.
Tu erai.

Großer umfassender Geist,
in Deinen Lebensformen leuchtete Empfindung,
als meine Empfindung
noch nicht vorhanden war.

Du warst.
Ich erhebe meine Seele zu Dir.
Ich war in Dir.
Ich war ein Teil Deiner Empfindungen.
Du verbandest Dich
mit der Erde Urbeginn,
und in meinem Leibe begann
das Leuchten der eigenen Empfindung.
In Deinen Gefühlen
fühlte ich mich selbst.
Du warst.
Meine Empfindungen fühlten Dein Wesen in sich,
Meine Seele begann in sich zu sein,
weil Du in mir warst.
Du warst.

LUNI PENTRU MARŢI

Mare Spirit cuprinzător,
în simţămintele Tale trăia cunoaştere,
pe când mie încă nu-mi fusese dată cunoaşterea.
Tu erai.
Eu îmi înalţ sufletul către Tine.
Eu am pătruns în trupul meu.
În simţămintele mele mă trăiam pe mine însumi.
Tu erai în Soarele Vieţii,
în simţământul meu
trăia fiinţa Ta ca fiinţă a mea.
Viaţa sufletului meu
era în afara vieţii Tale.
Tu erai.
Sufletul meu îşi simţea fiinţa proprie în sine.
În el se născu dor,
dorul după Tine,
din care el devenise.
Tu erai.

Großer umfassender Geist,
in Deinen Empfindungen lebte Erkenntnis,
als mir noch nicht Erkenntnis gegeben war.
Du warst.
Ich erhebe meine Seele zu Dir.
Ich zog ein in meinen Leib.
In meinen Empfindungen lebte ich mir selbst.
Du warst in der Lebenssonne;
in meiner Empfindung
lebte Dein Wesen als mein Wesen.
Meiner Seele Leben
war außerhalb Deines Lebens.
Du warst.
Meine Seele fühlte ihr eigenes Wesen in sich.
In ihr erstand Sehnsucht,
die Sehnsucht nach Dir,
aus dem sie geworden.
Du warst.

MARŢI PENTRU MIERCURI

Mare Spirit cuprinzător,
în cunoaşterea fiinţei Tale este cunoaştere a lumii,
care trebuie să fie a mea.
Tu eşti.
Eu vreau să-mi unesc sufletul cu Tine.
Călăuza Ta cunoscătoare
să-mi lumineze calea.
Simţind călăuza Ta
străbat eu calea vieţii.
Călăuza ta e în soarele vieţii;
ea trăia în dorul meu;
vreau să preiau fiinţa sa
într-a mea.
Tu eşti.

Forţa mea să preia în sine
forţa călăuzei.
Fericire pătrunde în mine,
Fericirea în care sufletul
găseşte spiritul.
Tu eşti.

Großer umfassender Geist,
in Deines Wesens Erkenntnis ist Welterkenntnis,
die mir werden soll.
Du bist.
Ich will einigen meine Seele mit Dir.
Dein erkennender Führer
beleuchte meinen Weg.
Fühlend Deinen Führer
durchschreite ich die Lebensbahn.
Dein Führer ist in der Lebenssonne;
er lebte in meiner Sehnsucht;
aufnehmen will ich sein Wesen
in meines.
Du bist.
Meine Kraft nehme auf
des Führers Kraft in sich.
Seligkeit zieht in mich,-
die Seligkeit, in der die Seele
den Geist findet.
Du bist.

MIERCURI PENTRU JOI

Mare Spirit cuprinzător,
în lumina Ta străluceşte viaţa Pământului,
viaţa mea este într-a Ta.
Tu eşti.
Sufletul meu acţionează într-al Tău.
Cu a Ta călăuză îmi merg eu drumul;
eu trăiesc cu ea.
Fiinţa sa este imagine
a propriei mele fiinţe.
Tu eşti.
Fiinţa călăuzei în sufletul meu
Te găseşte pe Tine, Spirit cuprinzător.
Fericire îmi este dată
din suflul fiinţei Tale.
Tu eşti.

Großer umfassender Geist,
in Deinem Lichte strahlt der Erde Leben,
mein Leben ist in dem Deinen.
Du bist.
Meine Seele wirkt in der Deinen.
Mit Deinem Führer gehe ich meinen Weg;
ich lebe mit Ihm.
Sein Wesen ist Bild
meines eignen Wesens.
Du bist.
Des Führers Wesen in meiner Seele
findet Dich, umfassender Geist.
Seligkeit wird mir
aus Deines Wesens Hauch.
Du bist.

JOI PENTRU VINERI

Mare Spirit cuprinzător,
În viaţa Ta eu trăiesc cu viaţa Pământului
În Tine sunt eu.
Tu eşti.
Eu sunt în Tine.
Călăuza m-a adus la Tine;
eu trăiesc în Tine.

Spiritul Tău este
Imaginea propriei mele fiinţe.
Tu eşti.
Găsit-a spiritul
Spirit cuprinzător.
Fericire divină păşeşte
spre o nouă creaţie a lumii.
Tu eşti. Eu sunt. Tu eşti.

Großer umfassender Geist,
in Deinem Leben lebe ich mit der Erde Leben.
In Dir bin ich.
Du bist.
Ich bin in Dir.
Der Führer hat mich zu Dir gebracht;
ich lebe in Dir.
Dein Geist ist
meines eignen Wesens Bild.
Du bist.
Gefunden hat Geist
den umfassenden Geist.
Gottseligkeit schreitet
zu neuem Weltschaffen.
Du bist. Ich bin. Du bist.

DUPĂ CELE DINAINTE, ÎN FIECARE ZI

Mare Spirit cuprinzător,
eul meu să se ridice de jos în sus,
fie ca el să Te presimtă în atotcuprindere.
Spiritul fiinţei mele să se lumineze
de lumina solilor Tăi,
Sufletul fiinţei mele să se aprindă
de flăcările de foc ale slujitorilor Tăi
Voinţa eului meu cuprindă
forţa cuvântului Tău creator.
Tu eşti.
Lumina Ta să strălucească în spiritul meu,
Viaţa Ta să încălzească sufletul meu,
Fiinţa Ta să pătrundă voinţa mea,
ca înţelegere să cuprindă eul meu
pentru strălucirea luminii Tale,
pentru căldura de iubire a vieţii Tale,
pentru cuvintele creatoare ale fiinţei Tale.
Tu eşti.

Großer umfassender Geist,
mein Ich erhebe sich von unten nach oben,
ahnen mög es Dich im Allumfassen.
Der Geist meines Wesens durchleuchte sich
mit der Licht Deiner Boten,
Die Seele meines Wesens entzünde sich
an den Feuerflammen Deiner Diener
Der Wille meines Ich erfasse
Deines Schöpferwortes Kraft.
Tu eşti.
Dein *Licht* strahle in meinen Geist,
Dein *Leben* erwarme meine Seele,
Dein *Wesen* durchdringe mein Wollen,
daß Verständnis fasse mein Ich
für Deines Lichtes Leuchten,
Deines Lebens Liebewärme,
Deines Wesens Schöpferworte.
Du bist.

Alte aforisme mantrice

În spirit se afla germenele trupului meu. [Nota 14]
Şi spiritul i-a întipărit trupului meu
Ochii sensibili,

Ca prin ei să văd
Lumina corpurilor.
Şi spiritul i-a întipărit trupului meu
Raţiune şi simţire
Şi sentiment şi voinţă
Pentru ca prin ele să percep corpurile
Şi să acţionez asupra lor.
În spirit se afla germenele trupului meu.

În trupul meu se află germenele spiritului.
Şi vreau să imprim spiritului meu
Ochii suprasensibili,
Ca prin ei să văd lumina spiritelor.
Şi vreau să imprim spiritului meu
Înţelepciune şi forţă şi iubire,
Ca prin mine să acţioneze spiritele
Şi eu să devin unealta conştientă de sine
A faptelor lor.
În trupul meu se află germenele spiritului.

Im Geiste lag der Keim meines Leibes.
Und der Geist hat eingeprägt meinem Leibe
Die sinnlichen Augen,
Auf daß ich durch sie sehe
Das Licht der Körper.
Und der Geist hat eingeprägt meinem Leibe
Vernunft und Empfindung
Und Gefühl und Wille
Auf daß ich durch sie wahrnehme die Körper
Und auf sie wirke.
Im Geiste lag der Keim meines Leibes.

In meinem Leibe liegt des Geistes Keim.
Und ich will eingliedern meinem Geiste
Die übersinnlichen Augen,
Auf daß ich durch sie schaue das Licht der Geister.
Und ich will einprägen meinem Geiste
Weisheit und Kraft und Liebe,
Auf daß durch mich wirken die Geister
Und ich werde das selbstbewußte Werkzeug
Ihrer Taten.
In meinem Leibe liegt des Geistes Keim.

*

Privesc în întuneric: [Nota 15] [Nota 16]
În el răsare lumină,
Lumină vie.
Cine este această lumină în întuneric ?
Sunt eu însumi, în realitatea mea.
Această realitate a eului
Nu intră în existenţa mea pământească.
Sunt numai imaginea ei.
Am s-o regăsesc însă,
Când eu,
Cu bune voinţă pentru spirit,
Voi fi trecut prin poarta morţii.

O, Spirit Divin, umple-mă, [Nota 17]
Umple-mă în sufletul meu;
Sufletului meu dăruieşte-i forţă tare,
Forţă tare şi inimii mele,
Inimii mele care Te caută,
Te caută prin dor adânc,
Dor adânc de sănătate,
De sănătate şi curaj mare,
Curaj mare ce-mi curge în membre
Curge ca nobil dar divin,
Dar divin de la Tine, o Spirit Divin,
Spirit Divin umple-mă.

Se revelează sufletul lumii [Nota 18]
Pe crucea trupului lumii

El trăieşte strălucind prin cinci raze:
Prin înţelepciune, iubire, forţă de voinţă,
Prin conştienţa totului şi prin conştienţa eului,
Şi găseşte astfel
Spiritul lumii în sine

Ich schaue in die Finsternis:
In ihr ersteht Licht,
Lebendes Licht.
Wer ist dies Licht in der Finsternis?
Ich bin es selbst in meiner Wirklichkeit.
Diese Wirklichkeit des Ich
Tritt nicht ein in mein Erdendasein.
Ich bin nur Bild davon.
Ich werde es aber wiederfinden,
Wenn ich,
Guten Willens für den Geist,
Durch des Todes Pforte gegangen.

O Gottergeist erfülle mich
Erfülle mich in meiner Seele;
Meiner Seele leihe starke Kraft,
Starke Kraft auch meinem Herzen
Meinem Herzen, das Dich sucht,
Sucht durch tiefe Sehnsucht
Tiefe Sehnsucht nach Gesundheit
Nach Gesundheit und Starkmut
Starkmut der in meine Glieder strömt
Strömt wie edles Gottgeschenk
Gottgeschenk von dir, o Gottesgeist
O Gottesgeist erfülle mich.

Es offenbart die Weltenseele sich
Am Kreuze des Weltenleibes.
Sie lebet fünfstrahlig leuchtend
Durch Weisheit, Liebe, Willenskraft,
Durch Allsinn und durch Ichsinn
Und findet so
Den Geist der Welt in sich.

*

Soarele luminează [Nota 19]
Întunericului materiei;
Aşa luminează a spiritului
Fiinţă atotvindecătoare
Întunericului sufletesc
În existenţa mea de om.
De câte ori eu mă gândesc
La forţa lui cea mare
In dreapta căldură a inimii
El mă străluminează
Cu forţa sa de miez de zi de spirit.

Port linişte în mine,
Port în mine însumi
Forţele care mă întăresc.
Vreau să mă împlinesc
Cu căldura acestor forţe,
Vreau să mă pătrund
De puterea voinţei mele.
Şi vreau să simt
Cum liniştea se revarsă
Prin toată fiinţa mea,
Când mă întăresc,
Liniştea ca forţă
S-o găsesc în mine
Prin puterea străduinţei mele.

Es leuchtet die Sonne
Dem Dunkel des Stoffes;
So leuchtet des Geistes

Allheilendes Wesen
Dem Seelendunkel
In meinem Menschensein.
So oft ich mich besinne
Auf ihre starke Kraft
In rechter Herzenswärme
Durchglänzt sie mich
Mit ihrer Geistesmittagskraft.

Ich trage Ruhe in mir,
Ich trage in mir selbst
Die Kräfte, die mich stärken.
Ich will mich erfüllen
Mit dieser Kräfte Wärme,
Ich will mich durchdringen
Mit meines Willens Macht.
Und fühlen will ich
Wie Ruhe sich ergießt
Durch all mein Sein,
Wenn ich mich stärke,
Die Ruhe als Kraft
In mir zu finden
Durch meines Strebens Macht.

Cuvinte meditative care cuprind voinţa [Nota 20]

Spirit biruitor
Înflăcărează neputinţa
Sufletelor şovăielnice.
Arde căutarea de eu,
Aprinde compătimirea,
Pentru ca altruismul,
Curentul vital al omenirii,
Să freamăte ca izvor
Al renaşterii spirituale.

Sieghafter Geist
Durchflamme die Ohnmacht
Zaghafter Seelen.
Verbrenne die Ichsucht,
Entzünde das Mitleid,
Daß Selbstlosigkeit,
Der Lebensstrom der Menscheit,
Wallt als Quelle
Der geistigen Wiedergeburt.

Pentru un decedat [Nota 21]

«...Deveniţi cu totul liniştiţi înlăuntru de trei ori pe zi, dintre care prima dată să fie seara nemijlocit înainte de culcare, aşa încât să luaţi cu dumneavoastră gândurile în lumea spirituală. Cel mai bine ar fi să adormiţi cu acest gând:

"Iubirea mea să fie întreţesută în jertfă
Învelişurilor
Ce te înconjoară acum -
Răcorind orice căldură,
Încălzind orice frig! -
Trăieşte purtat de iubire,
De lumină dăruit, în sus!"

"Meine Liebe sei den Hüllen,
Die dich jetzt umgeben -
Kühlend alle Wärme,
Wärmend alle Kälte -
Opfernd einverwoben!
Lebe liebgetragen,
Lichtbeschenkt, nach oben!"

Este important ca la cuvintele "căldură" şi "frig" să aveţi sentimentele potrivite. Nu e vorba de "căldura" şi "frigul" fizic, ci de căldura şi răceala sufletească, deşi omul ce se află în învelişul fizic nu-şi poate prea uşor reprezenta ce înseamnă aceste însuşiri pentru cel decorporalizat. Acesta trebuie mai întâi să-şi dea seama că astralul, care continuă să fie la el, este activ, fără să se poată servi de uneltele fizice. Multe din cele spre care tinde omul aici pe pământ îi sunt date prin uneltele fizice. Acum însă ele nu se află prezente. Această absenţă a organelor senzoriale fizice se aseamănă ❙ dar numai se *aseamănă* ❙ cu senzaţia setei arzătoare transpusă în sufletesc. Acestea sunt

puternicele "senzaţii de arşiţă", după decorporalizare. Şi aşa se întâmplă cu toate cele după care voinţa noastră râvneşte să le obţină. Ea este obişnuită să se slujească de organele activităţii fizice, şi nu le mai are. Această "lipsire" seamănă cu o răceală sufletească. Tocmai faţă de aceste sentimente oamenii care sunt în viaţă pot să intervină ajutând pot să intervină ajutător. Căci aceste sentimente nu sunt *doar* rezultate ale vieţii individuale, ci sunt corelate cu misteriile încarnării. Şi de aceea e posibil să le vii în ajutor celor decorporalizaţi...»

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

III
AFORISME MANTRICE

care se pot medita în afara exerciţiilor principale şi secundare

MEDITAŢII CARE CUPRIND FIINŢA TEMPORALĂ A IERARHIILOR [Nota 13]

(Aforisme ale zilelor)

"... şapte aforisme care se repartizează pe cele şapte zile ale săptămânii. Se vor exersa în aşa fel încât vinerea te vei adânci în aforismul pentru sâmbăta, sâmbăta în cel pentru duminică şi aşa mai departe. Poţi să faci acest lucru de mai multe ori într-o zi, străduindu-te ca într-un timp de 20-30 minute să epuizezi profunzimea unui asemenea aforism. Veţi dobândi foarte mult din aceasta, pentru câştigarea unei corelaţii cu misterul atotpătrunzător al numărului şapte."

Din punct de vedere ocult, ziua începe la ora şase după amiaza.

VINERI PENTRU SÂMBĂTĂ

Mare Spirit cuprinzător,
Tu Cel care umpleai spaţiul fără de sfârşit,
când dintre mădularele trupului meu
nici unul nu exista încă.
Tu erai.
Eu îmi înalţ sufletul către Tine.
Eu eram în Tine.
Eu eram o parte a forţei Tale.
Tu Ţi-ai trimis forţele în afară,
şi în obârşia pământului se oglindi
a trupului meu întâie formă primară.
În forţele trimise de Tine în afară
eram eu însumi.
Tu erai.
Imaginea mea primară te contempla pe Tine.
Mă contempla şi pe mine însumi,
Eu, cel ce eram o parte din Tine.
Tu erai.

Großer umfassender Geist,
der Du den endlosen Raum erfültest,
als von meinen Leibesgliedern
keines noch vorhanden war.
Du warst.
Ich erhebe meine Seele zu Dir.
Ich war in Dir.
Ich war ein Teil Deiner Kraft.
Du sandtest Deine Kräfte aus,
und in der Erde Urbeginn spiegelte sich
meiner Leibesform erstes Urbild.
In Deinen ausgesandten Kräften
war ich selbst.
Du warst.
Mein Urbild schaute Dich an.
Es schaute mich selbst an,
der ich war einTeil von Dir.
Du warst.

SÂMBĂTĂ PENTRU DUMINICĂ

Mare Spirit cuprinzător,
multe prototipuri răsăreau din viaţa Ta,
odinioară, când forţele mele de viaţă
încă nu erau prezente.
Tu erai.
Eu îmi înalţ sufletul către Tine.
Eu eram în Tine.
Eu eram o parte a forţelor Tale.
Tu te-ai unit
cu obârşia pământului
întru soarele vieţii
şi mi-ai dat forţa de viaţă.
În forţele Tale strălucitoare de viaţă,
eram eu însumi.
Tu erai.
Forţa mea de viaţă iradia într-a Ta,
în spaţiu,
trupul meu îşi începu devenirea
în timp.
Tu erai.

Großer umfassender Geist,
viele Urbilder sproßten aus Deinem Leben,
damals, als meine Lebenskräfte
noch nicht vorhanden waren.
Du warst.
Ich erhebe meine Seele zu Dir.
Ich war in Dir.
Ich war ein Teil Deiner Kräfte.
Du verbandest Dich
mit der Erde Urbeginn
zur Lebenssonne
und gabest mir die Lebenskraft.
In Deinen strahlenden Lebenskräften
war ich selbst.
Du warst.
Meine Lebenskraft strahlte in der Deinen
in den Raum,
mein Leib begann sein Werden
in der Zeit.
Du warst.

DUMINICĂ PENTRU LUNI

Mare Spirit cuprinzător,
în formele Tale de viaţă străluceа simţământ,
când simţământul meu
nu exista încă.
Tu erai.
Îmi înalţ sufletul către Tine.
Eu eram în Tine.
Eu eram o parte a simţămintelor Tale.
Tu te-ai unit
cu obârşia pământului
şi în trupul meu începu
strălucirea propriului meu simţământ.
În sentimentele Tale
mă simţeam pe mine însumi.
Tu erai.
Simţămintele mele simţeau fiinţa Ta în ele,
Sufletul meu începu să existe în sine,
Pentru că Tu erai în mine.
Tu erai.

Großer umfassender Geist,
in Deinen Lebensformen leuchtete Empfindung,
als meine Empfindung
noch nicht vorhanden war.

Du warst.
Ich erhebe meine Seele zu Dir.
Ich war in Dir.
Ich war ein Teil Deiner Empfindungen.
Du verbandest Dich
mit der Erde Urbeginn,
und in meinem Leibe begann
das Leuchten der eigenen Empfindung.
In Deinen Gefühlen
fühlte ich mich selbst.
Du warst.
Meine Empfindungen fühlten Dein Wesen in sich,
Meine Seele begann in sich zu sein,
weil Du in mir warst.
Du warst.

LUNI PENTRU MARŢI

Mare Spirit cuprinzător,
în simţămintele Tale trăia cunoaştere,
pe când mie încă nu-mi fusese dată cunoaşterea.
Tu erai.
Eu îmi înalţ sufletul către Tine.
Eu am pătruns în trupul meu.
În simţămintele mele mă trăiam pe mine însumi.
Tu erai în Soarele Vieţii,
în simţământul meu
trăia fiinţa Ta ca fiinţă a mea.
Viaţa sufletului meu
era în afara vieţii Tale.
Tu erai.
Sufletul meu îşi simţea fiinţa proprie în sine.
În el se născu dor,
dorul după Tine,
din care el devenise.
Tu erai.

Großer umfassender Geist,
in Deinen Empfindungen lebte Erkenntnis,
als mir noch nicht Erkenntnis gegeben war.
Du warst.
Ich erhebe meine Seele zu Dir.
Ich zog ein in meinen Leib.
In meinen Empfindungen lebte ich mir selbst.
Du warst in der Lebenssonne;
in meiner Empfindung
lebte Dein Wesen als mein Wesen.
Meiner Seele Leben
war außerhalb Deines Lebens.
Du warst.
Meine Seele fühlte ihr eigenes Wesen in sich.
In ihr erstand Sehnsucht,
die Sehnsucht nach Dir,
aus dem sie geworden.
Du warst.

MARŢI PENTRU MIERCURI

Mare Spirit cuprinzător,
în cunoaşterea fiinţei Tale este cunoaştere a lumii,
care trebuie să fie a mea.
Tu eşti.
Eu vreau să-mi unesc sufletul cu Tine.
Călăuza Ta cunoscătoare
să-mi lumineze calea.
Simţind călăuza Ta
străbat eu calea vieţii.
Călăuza ta e în soarele vieţii;
ea trăia în dorul meu;
vreau să preiau fiinţa sa
într-a mea.
Tu eşti.

Forţa mea să preia în sine
forţa călăuzei.
Fericire pătrunde în mine,
Fericirea în care sufletul
găseşte spiritul.
Tu eşti.

Großer umfassender Geist,
in Deines Wesens Erkenntnis ist Welterkenntnis,
die mir werden soll.
Du bist.
Ich will einigen meine Seele mit Dir.
Dein erkennender Führer
beleuchte meinen Weg.
Fühlend Deinen Führer
durchschreite ich die Lebensbahn.
Dein Führer ist in der Lebenssonne;
er lebte in meiner Sehnsucht;
aufnehmen will ich sein Wesen
in meines.
Du bist.
Meine Kraft nehme auf
des Führers Kraft in sich.
Seligkeit zieht in mich,-
die Seligkeit, in der die Seele
den Geist findet.
Du bist.

MIERCURI PENTRU JOI

Mare Spirit cuprinzător,
în lumina Ta străluceşte viaţa Pământului,
viaţa mea este într-a Ta.
Tu eşti.
Sufletul meu acţionează într-al Tău.
Cu a Ta călăuză îmi merg eu drumul;
eu trăiesc cu ea.
Fiinţa sa este imagine
a propriei mele fiinţe.
Tu eşti.
Fiinţa călăuzei în sufletul meu
Te găseşte pe Tine, Spirit cuprinzător.
Fericire îmi este dată
din suflul fiinţei Tale.
Tu eşti.

Großer umfassender Geist,
in Deinem Lichte strahlt der Erde Leben,
mein Leben ist in dem Deinen.
Du bist.
Meine Seele wirkt in der Deinen.
Mit Deinem Führer gehe ich meinen Weg;
ich lebe mit Ihm.
Sein Wesen ist Bild
meines eignen Wesens.
Du bist.
Des Führers Wesen in meiner Seele
findet Dich, umfassender Geist.
Seligkeit wird mir
aus Deines Wesens Hauch.
Du bist.

JOI PENTRU VINERI

Mare Spirit cuprinzător,
În viaţa Ta eu trăiesc cu viaţa Pământului
În Tine sunt eu.
Tu eşti.
Eu sunt în Tine.
Călăuza m-a adus la Tine;
eu trăiesc în Tine.

Spiritul Tău este
Imaginea propriei mele fiinţe.
Tu eşti.
Găsit-a spiritul
Spirit cuprinzător.
Fericire divină păşeşte
spre o nouă creaţie a lumii.
Tu eşti. Eu sunt. Tu eşti.

Großer umfassender Geist,
in Deinem Leben lebe ich mit der Erde Leben.
In Dir bin ich.
Du bist.
Ich bin in Dir.
Der Führer hat mich zu Dir gebracht;
ich lebe in Dir.
Dein Geist ist
meines eignen Wesens Bild.
Du bist.
Gefunden hat Geist
den umfassenden Geist.
Gottseligkeit schreitet
zu neuem Weltschaffen.
Du bist. Ich bin. Du bist.

DUPĂ CELE DINAINTE, ÎN FIECARE ZI

Mare Spirit cuprinzător,
eul meu să se ridice de jos în sus,
fie ca el să Te presimtă în atotcuprindere.
Spiritul fiinţei mele să se lumineze
de lumina solilor Tăi,
Sufletul fiinţei mele să se aprindă
de flăcările de foc ale slujitorilor Tăi
Voinţa eului meu cuprindă
forţa cuvântului Tău creator.
Tu eşti.
Lumina Ta să strălucească în spiritul meu,
Viaţa Ta să încălzească sufletul meu,
Fiinţa Ta să pătrundă voinţa mea,
ca înţelegere să cuprindă eul meu
pentru strălucirea luminii Tale,
pentru căldura de iubire a vieţii Tale,
pentru cuvintele creatoare ale fiinţei Tale.
Tu eşti.

Großer umfassender Geist,
mein Ich erhebe sich von unten nach oben,
ahnen mög es Dich im Allumfassen.
Der Geist meines Wesens durchleuchte sich
mit der Licht Deiner Boten,
Die Seele meines Wesens entzünde sich
an den Feuerflammen Deiner Diener
Der Wille meines Ich erfasse
Deines Schöpferwortes Kraft.
Tu eşti.
Dein *Licht* strahle in meinen Geist,
Dein *Leben* erwarme meine Seele,
Dein *Wesen* durchdringe mein Wollen,
daß Verständnis fasse mein Ich
für Deines Lichtes Leuchten,
Deines Lebens Liebewärme,
Deines Wesens Schöpferworte.
Du bist.

Alte aforisme mantrice

În spirit se afla germenele trupului meu. [Nota 14]
Şi spiritul i-a întipărit trupului meu
Ochii sensibili,

Ca prin ei să văd
Lumina corpurilor.
Şi spiritul i-a întipărit trupului meu
Raţiune şi simţire
Şi sentiment şi voinţă
Pentru ca prin ele să percep corpurile
Şi să acţionez asupra lor.
În spirit se afla germenele trupului meu.

În trupul meu se află germenele spiritului.
Şi vreau să imprim spiritului meu
Ochii suprasensibili,
Ca prin ei să văd lumina spiritelor.
Şi vreau să imprim spiritului meu
Înţelepciune şi forţă şi iubire,
Ca prin mine să acţioneze spiritele
Şi eu să devin unealta conştientă de sine
A faptelor lor.
În trupul meu se află germenele spiritului.

Im Geiste lag der Keim meines Leibes.
Und der Geist hat eingeprägt meinem Leibe
Die sinnlichen Augen,
Auf daß ich durch sie sehe
Das Licht der Körper.
Und der Geist hat eingeprägt meinem Leibe
Vernunft und Empfindung
Und Gefühl und Wille
Auf daß ich durch sie wahrnehme die Körper
Und auf sie wirke.
Im Geiste lag der Keim meines Leibes.

In meinem Leibe liegt des Geistes Keim.
Und ich will eingliedern meinem Geiste
Die übersinnlichen Augen,
Auf daß ich durch sie schaue das Licht der Geister.
Und ich will einprägen meinem Geiste
Weisheit und Kraft und Liebe,
Auf daß durch mich wirken die Geister
Und ich werde das selbstbewußte Werkzeug
Ihrer Taten.
In meinem Leibe liegt des Geistes Keim.

*

Privesc în întuneric: [Nota 15] [Nota 16]
În el răsare lumină,
Lumină vie.
Cine este această lumină în întuneric ?
Sunt eu însumi, în realitatea mea.
Această realitate a eului
Nu intră în existenţa mea pământească.
Sunt numai imaginea ei.
Am s-o regăsesc însă,
Când eu,
Cu bune voinţă pentru spirit,
Voi fi trecut prin poarta morţii.

O, Spirit Divin, umple-mă, [Nota 17]
Umple-mă în sufletul meu;
Sufletului meu dăruieşte-i forţă tare,
Forţă tare şi inimii mele,
Inimii mele care Te caută,
Te caută prin dor adânc,
Dor adânc de sănătate,
De sănătate şi curaj mare,
Curaj mare ce-mi curge în membre
Curge ca nobil dar divin,
Dar divin de la Tine, o Spirit Divin,
Spirit Divin umple-mă.

Se revelează sufletul lumii [Nota 18]
Pe crucea trupului lumii

El trăieşte strălucind prin cinci raze:
Prin înţelepciune, iubire, forţă de voinţă,
Prin conştienţa totului şi prin conştienţa eului,
Şi găseşte astfel
Spiritul lumii în sine

Ich schaue in die Finsternis:
In ihr ersteht Licht,
Lebendes Licht.
Wer ist dies Licht in der Finsternis?
Ich bin es selbst in meiner Wirklichkeit.
Diese Wirklichkeit des Ich
Tritt nicht ein in mein Erdendasein.
Ich bin nur Bild davon.
Ich werde es aber wiederfinden,
Wenn ich,
Guten Willens für den Geist,
Durch des Todes Pforte gegangen.

O Gottergeist erfülle mich
Erfülle mich in meiner Seele;
Meiner Seele leihe starke Kraft,
Starke Kraft auch meinem Herzen
Meinem Herzen, das Dich sucht,
Sucht durch tiefe Sehnsucht
Tiefe Sehnsucht nach Gesundheit
Nach Gesundheit und Starkmut
Starkmut der in meine Glieder strömt
Strömt wie edles Gottgeschenk
Gottgeschenk von dir, o Gottesgeist
O Gottesgeist erfülle mich.

Es offenbart die Weltenseele sich
Am Kreuze des Weltenleibes.
Sie lebet fünfstrahlig leuchtend
Durch Weisheit, Liebe, Willenskraft,
Durch Allsinn und durch Ichsinn
Und findet so
Den Geist der Welt in sich.

*

Soarele luminează [Nota 19]
Întunericului materiei;
Aşa luminează a spiritului
Fiinţă atotvindecătoare
Întunericului sufletesc
În existenţa mea de om.
De câte ori eu mă gândesc
La forţa lui cea mare
In dreapta căldură a inimii
El mă străluminează
Cu forţa sa de miez de zi de spirit.

Port linişte în mine,
Port în mine însumi
Forţele care mă întăresc.
Vreau să mă împlinesc
Cu căldura acestor forţe,
Vreau să mă pătrund
De puterea voinţei mele.
Şi vreau să simt
Cum liniştea se revarsă
Prin toată fiinţa mea,
Când mă întăresc,
Liniştea ca forţă
S-o găsesc în mine
Prin puterea străduinţei mele.

Es leuchtet die Sonne
Dem Dunkel des Stoffes;
So leuchtet des Geistes

Allheilendes Wesen
Dem Seelendunkel
In meinem Menschensein.
So oft ich mich besinne
Auf ihre starke Kraft
In rechter Herzenswärme
Durchglänzt sie mich
Mit ihrer Geistesmittagskraft.

Ich trage Ruhe in mir,
Ich trage in mir selbst
Die Kräfte, die mich stärken.
Ich will mich erfüllen
Mit dieser Kräfte Wärme,
Ich will mich durchdringen
Mit meines Willens Macht.
Und fühlen will ich
Wie Ruhe sich ergießt
Durch all mein Sein,
Wenn ich mich stärke,
Die Ruhe als Kraft
In mir zu finden
Durch meines Strebens Macht.

Cuvinte meditative care cuprind voinţa [Nota 20]

Spirit biruitor
Înflăcărează neputinţa
Sufletelor şovăielnice.
Arde căutarea de eu,
Aprinde compătimirea,
Pentru ca altruismul,
Curentul vital al omenirii,
Să freamăte ca izvor
Al renaşterii spirituale.

Sieghafter Geist
Durchflamme die Ohnmacht
Zaghafter Seelen.
Verbrenne die Ichsucht,
Entzünde das Mitleid,
Daß Selbstlosigkeit,
Der Lebensstrom der Menscheit,
Wallt als Quelle
Der geistigen Wiedergeburt.

Pentru un decedat [Nota 21]

«...Deveniţi cu totul liniştiţi înlăuntru de trei ori pe zi, dintre care prima dată să fie seara nemijlocit înainte de culcare, aşa încât să luaţi cu dumneavoastră gândurile în lumea spirituală. Cel mai bine ar fi să adormiţi cu acest gând:

"Iubirea mea să fie întreţesută în jertfă
Învelişurilor
Ce te înconjoară acum -
Răcorind orice căldură,
Încălzind orice frig! -
Trăieşte purtat de iubire,
De lumină dăruit, în sus!"

"Meine Liebe sei den Hüllen,
Die dich jetzt umgeben -
Kühlend alle Wärme,
Wärmend alle Kälte -
Opfernd einverwoben!
Lebe liebgetragen,
Lichtbeschenkt, nach oben!"

Este important ca la cuvintele "căldură" şi "frig" să aveţi sentimentele potrivite. Nu e vorba de "căldura" şi "frigul" fizic, ci de căldura şi răceala sufletească, deşi omul ce se află în învelişul fizic nu-şi poate prea uşor reprezenta ce înseamnă aceste însuşiri pentru cel decorporalizat. Acesta trebuie mai întâi să-şi dea seama că astralul, care continuă să fie la el, este activ, fără să se poată servi de uneltele fizice. Multe din cele spre care tinde omul aici pe pământ îi sunt date prin uneltele fizice. Acum însă ele nu se află prezente. Această absenţă a organelor senzoriale fizice se aseamănă ❙ dar numai se *aseamănă* ❙ cu senzaţia setei arzătoare transpusă în sufletesc. Acestea sunt

puternicele "senzaţii de arşiţă", după decorporalizare. Şi aşa se întâmplă cu toate cele după care voinţa noastră râvneşte să le obţină. Ea este obişnuită să se slujească de organele activităţii fizice, şi nu le mai are. Această "lipsire" seamănă cu o răceală sufletească. Tocmai faţă de aceste sentimente oamenii care sunt în viaţă pot să intervină ajutând pot să intervină ajutător. Căci aceste sentimente nu sunt *doar* rezultate ale vieţii individuale, ci sunt corelate cu misteriile încarnării. Şi de aceea e posibil să le vii în ajutor celor decorporalizaţi...»

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

IV
LĂMURIRI ÎN LECŢIILE ESOTERICE

Lecţie esoterică de la Berlin, din 24 Octombrie 1905 [Nota 22]

Unica redactare de către Rudolf Steiner a unei lecţii esoterice

Aforismul:

Mai strălucitoare decât Soarele
Mai curată decât zăpada
Mai subtilă decât eterul
Este Sinea,
Spiritul din inima mea.
Această sine sunt eu,
Eu sunt această sine.

Strahlender als die Sonne
Reiner als der Schnee
Feiner als der Äther
Ist das Selbst,
Der Geist in meinem Herzen.
Dies Selbst bin Ich,
Ich bin dies Selbst.

ne înalţă în fiecare dimineaţă spre sinea noastră superioară. Asemenea aforisme n-au fost născocite prin capriciul unei personalităţi ci au fost scoase din lumea spirituală. De aceea ele conţin mai mult decât se crede de obicei. Şi gândeşte despre ele în mod just cel ce presupune că niciodată nu va fi posibil să le sondeze conţinutul până la capăt, ci să descopere tot mai multe aspecte pe măsură ce se adânceşte în ele tot mai mult. De aceea şcoala esoterică poate să dea numai unele indicaţii singulare despre felul în care trebuie căutat conţinutul. Asemenea indicaţii vor fi comunicate în cele ce urmează.

Mai strălucitoare decât soarele

Omul vede obiectele din jurul său doar când acestea sunt luminate de soare. Ceea ce le face vizibile sunt razele de soare reflectate de ele în ochiul privitorului. Dacă nu ar fi lumină, lucrurile nu ar fi vizibile. Dar prin această lumină exterioară devin vizibile numai obiectele lumii fizice. Dacă vrea să vadă fiinţele şi lucrurile sufleteşti şi spirituale, trebuie să-I lumineze omului o lumină "mai strălucitoare decât soarele". Această lumină nu provine de la vreun soare exterior. Ea porneşte de la izvorul de lumină pe care-l aprindem în noi înşine când pornim în căutarea sinei superioare, veşnice din lăuntrul nostru. Această sine superioară e de altă obârşie decât sinea inferioară. Această din urmă percepe ambianţa cotidiană. Dar ceea ce trăieşte în această ambianţă cotidiană a luat naştere odată şi va trece. Cele ce simţim prin intermediul lor nu au, în sine, decât o valoare trecătoare. Şi din asemenea percepţii şi din gândurile apărute în legătură cu ele este construită sinea noastră trecătoare. Toate lucrurile care devin vizibile prin soare, nu au existat cândva în trecut, şi cândva, în viitor, nu vor mai exista. Chiar şi soarele a luat naştere cândva şi într-o bună zi va trece. Dar sufletul există tocmai pentru ca să recunoască veşnicul din lucruri. Cândva, când întregul pământ nu va mai exista, vor continua să existe sufletele care au locuit pe el. Şi ce au trăit aceste suflete pe pământ, vor duce ca amintire înspre alte locuri. E ca şi când un om mi-ar fi făcut un bine. Fapta trece. Dar ceea ce a sădit sufletul meu prin ea, asta rămâne. Iar legătura de iubire care m-a legat de el prin aceasta, nu trece. Ceea ce trăim este mereu izvorul a ceva ce rămâne în noi. Noi înşine scoatem astfel din lucruri ceea ce rămâne şi ducem în eternitate. Iar când oamenii vor fi transplantaţi odată pe o cu totul altă scenă, vor aduce cu ei cea ce au adunat aici. Iar faptele lor din noua lume vor fi ţesute din amintirea celei vechi. Căci nu există sământă care să nu dea fruct. Dacă suntem legaţi de un om prin iubire, această iubire este o sământă al cărei fruct îl trăim în întregul viitor, deoarece cu un asemenea om mergem împreună în întregul viitor. Trăieşte astfel în noi ceva ce e întreţesut cu puterea divină, care leagă toate lucrurile într-o ţesătură cosmică eternă. Acest " ceva " este sinea noastră superioară. Şi *aceasta* e "mai strălucitoare decât soarele". Lumina soarelui îl luminează pe om doar din afară. Soarele meu sufletesc îl luminează din interior. De aceea este mai strălucitor decât soarele.

Mai curată decât zăpada

Orice lucru este în sine curat. Se murdăreşte doar când e unit cu altul cu care nu trebuie să se unească aşa. Apa în sine este curată. Dar şi ceea ce este conţinut în apă ca murdărie ar putea fi curat dacă ar fi în sine, dacă nu s-ar fi fost unit cu apa într-un mod neadecvat. Cărbunele în sine este curat. Devine murdărie numai dacă se uneşte cu apa într-un mod necorespunzător. Acum, dacă apa îşi ia forma proprie în cristalul de zăpadă, se separă de toate cele ce s-au unit cu ea într-un mod neadecvat. Aşa se curăţă sufletul omenesc când se separă de tot ce s-a unit cu el în chip nefiresc. Iar de el ţine ceea ce este divin, nepieritor. Fiecare ideal, fiecare gând la ceva mare şi frumos aparţin formei lăuntrice a sufletului. Şi când se concentrează asupra unor asemenea idealuri, asupra unor asemenea gânduri, atunci se curăţă precum apa când devine cristal de zăpadă. Şi deoarece spiritualul este mai pur decât orice substanţă, se poate spune că "sinea

superioară", adică sufletul care trăieşte în înalturi, este "mai curată decât zăpada ".

Mai subtilă decât eterul

Eterul este cea mai subtilă substanţă. Dar *orice* substanţă este încă densă în raport cu sufletul. Nu *densul* este ce rămâne, ci "subtilul". Piatra, la care gândeşti ca la o substanţă, piere ca substanţă. Însă *gândul* despre piatră, care trăieşte în suflet, rămâne. Dumnezeu a gândit acest gând. Şi, din el a făcut piatra solidă. După cum gheaţa este doar apă solidificată, tot aşa piatra este un gând solidificat al lui Dumnezeu. Toate lucrurile sunt astfel de gânduri solidificate ale lui Dumnezeu. "Sinea superioară" dizolvă însă toate lucrurile, şi în ea trăiesc atunci gândurile divine. Iar dacă sinea e ţesută de asemenea gânduri divine, atunci e "mai subtilă decât eterul".

Spiritul din inima mea

Abia atunci a priceput omul un lucru când l-a cuprins cu inima. Intelectul şi raţiunea sunt doar mijlocitorii pentru înţelegerea cu inima. Prin intelect şi raţiune pătrunzi în gânduri divine. Dar dacă ai astfel gândul, trebuie să înveţi a-l *iubi*. Omul învaţă încetul cu încetul să iubească toate lucrurile. Asta nu înseamnă că inima sa trebuie să se ataşeze fără discernământ de toate câte îi ies în cale. Căci experienţa noastră este mai întâi de toate înşelătoare. Când însă te străduieşti să cauţi într-o fiinţă sau un lucru baza lor divină, începi atunci să le şi iubeşti. Dacă am în faţa mea un om ticălos, nu ticăloşia sa trebuie s-o iubesc. N-aş face decât să mă înşel şi nici pe el nu l-aş ajuta. Dacă mă gândesc la felul în care a ajuns acest om în ticăloşie şi îi stau alături pentru a ieşi din ea, atunci îl ajut, iar eu răzbat la adevăr. Trebuie să caut pretutindeni felul în care pot iubi. Dumnezeu e în toate lucrurile, dar acest dumnezeiesc dintr-un lucru trebuie mai întâi să-l caut. Nu latura exterioară a unei fiinţe sau a unui lucru trebuie s-o iubesc necondiţionat, căci aceasta este înşelătoare şi uşor aş putea ajunge să iubesc eroarea. Dar în spatele oricărei iluzii se află adevărul, iar acesta poate fi totdeauna iubit. Iar când inima caută iubirea adevărului în toate fiinţele, atunci trăieşte "spiritul din inimă". Această iubire e veşmântul pe care sufletul trebuie totdeauna să-l poarte. Atunci el însuşi ţese dumnezeiescul în lucruri.

*

Membrii şcolii trebuie să se folosească de minutele libere ale zilei pentru a lega asemenea gânduri de aforismele înţelepciunii divine, pe care ni le-au dat maeştrii, dintr-o incomensurabilă experienţă de lume. Niciodată să nu creadă că au înţeles complet un asemenea aforism, ci să presupună întotdeauna că în el se află totdeauna mult mai multe decât au găsit ei. Printr-o asemenea atitudine se dobândeşte sentimentul că în orice adevărată înţelepciune stă cheia infinitului, iar printr-un asemenea fel de a gândi te uneşti cu acest infinit.

*

Nu este important să meditezi multe propoziţii, ci să laşi puţinul iarăşi şi iarăşi să trăiască în sufletul adus la linişte.

Nu trebuie să speculezi prea mult în timpul meditaţiei ci să laşi liniştit să acţioneze asupra ta conţinutul propoziţiilor de meditat. Dar în afara meditaţiei, în momentele libere ale zilei, trebuie să revii necontenit la conţinutul propoziţiilor de meditat şi să vezi ce reflecţii poţi extrage din ele. Acestea devin atunci o forţă plină de viaţă care se coboară în suflet făcându-l tare şi puternic. Căci atunci când sufletul se uneşte cu adevărul veşnic, trăieşte el însuşi în veşnicie. Iar când sufletul trăieşte în veşnicie, entităţile superioare au acces la el şi pot coborî în el propria lor forţă.

Note de la lecţia esoterică de la Berlin din Vinerea Mare, 13 aprilie 1906 [Nota 23]

DESPRE UNIREA IMAGINII CU PROTOTIPUL
AUM ŞI GÂNDUL PASCAL

Tot ce este fizic în jurul nostru ia naştere şi trece, numai prototipurile lucrurilor nu se nasc şi pier; ele n-au fost create şi nu pier, sunt veşnice. Pământul fizic ia naştere şi trece, dar prototipul pământului nu ia naştere şi nu trece. Prototipul pământului e veşnic. Iar în prototipul pământului sunt cuprinse toate prototipurile lumii fizice. Precum prototipul pământului, nici ele nu iau naştere şi nu pier: sunt veşnice. După cum pământul are prototipul său veşnic, tot aşa fiecare mineral, fiecare plantă, fiecare animal, fiecare om îl are pe al său, care străluceşte din veşnicie întru frumuseţe şi splendoare. Omul trebuie necontenit să înveţe a se uni cu prototipurile lucrurilor. Către ele trebuie să se ridice. Învaţă să se unească cu ele trăind amintirea. Când discipolul priveşte în retrospectiva de seară asupra zilei care s-a scurs, şi îşi aminteşte scenele zilei, bucuriile şi necazurile trăite, când amintirea face să se perinde din nou prin suflet bucuriile şi necazurile legate de evenimentele zilei, atunci el se pune în legătură cu acea viaţă care rămâne, care continuă să fie prezentă chiar şi fără expresia ei materială. Omul trebuie să-şi evoce prin fantezie evenimentele din viaţa sa şi a celorlalţi, lăsând ca în sufletul său să curgă bucuria şi durerea care însoţeau evenimentele: prin aceasta învaţă să se ridice la entităţile care se încorporează în bucurie şi durere, învaţă să trăiască conştient în lumea sufletească. Suntem statornic înconjuraţi de asemenea entităţi. Atunci înveţi să le percepi.

Dacă încercăm să ne chemăm în amintire evenimente trăite de noi în trecut, este altceva decât dacă evocăm evenimente despre care am citit sau auzit. Deosebirea este că la primele am participat cu sinea noastră. Şi acesta este lucrul important Este bine să exersăm evocarea în amintire a trăirilor din trecutul nostru. O durere, o bucurie pe care le-am simţit cândva, arată în amintire cu totul altfel în prezent decât odinioară. Prin această aducere aminte ne apropiem de adevărata cunoaştere. Vedem lucrurile cum sunt în realitate, dacă izbutim să simţim cu adevărat o durere sau o bucurie pe care nu le avem. Dacă suntem capabili să facem ca în noi să se ridice imagini ale celor pe care acum nu le vedem, ne apropiem, prin aceasta, de Divinitatea creatoare.

Asemenea învăţături le erau date discipolilor în şcolile rozecruciene. Ei trebuiau să aducă din proprie iniţiativă în suflet, fără realitatea lor brutală, bucuria şi tristeţea legate de evenimente anterioare ale vieţii. Dacă laşi să se ridice în suflet, în acest fel bucurie şi tristeţe, trezeşti organele sufleteşti. Celui care nu putea încă singur să le aducă, iniţiaţii, ca să-i trezească organele sufleteşti, îi prezentau imagini dramatice, scene din viaţa omenească, prin care omul învaţă să simtă şi fără realitatea brutală, ceea ce de obicei este legat de evenimentele înseşi. Asta e ceea ce rămâne din evenimente în lume. La asta trebuie omul să înveţe să se avânte.

Omul îşi va aminti de existenţe pământeşti anterioare în măsura în care a învăţat să recunoască veşnicul din lucruri şi aduce el însuşi în lume elemente de veşnicie.

Discipolul yoga face exerciţii de respiraţie. Respiraţia omului obişnuit este neregulată, neritmică. Discipolul yoghin învaţă să-şi ritmeze respiraţia. Respiraţia neritmică este de fapt ucigătoare. Prin suflul pe care-l exală, omul ucide. Îşi aduce moarte sieşi şi altora atâta timp cât respiraţia nu a devenit ritmică şi plină de viaţă, prin exerciţiu yoga. Prin respiraţia ritmică, respiraţia omului devine şi individuală. La sălbatici acţiunile sunt slab individualizate. Cu cât omul urcă mai sus în dezvoltarea sa, cu atât acţiunile sale vor purta o pecete mai individuală. Dar

la toţi oamenii dezvoltaţi, şi respiraţia este la fel; acum omul trebuie să înveţe să-şi individualizeze suflul. Prin aceasta, în procesul respiraţiei, se introduce pe sine tot mai mult în mod caracteristic în lumea înconjurătoare. Cât prelucrează din el în lumea înconjurătoare prin respiraţie, atât supravieţuieşte din el ca veşnic, netrecător, atât va regăsi din sine în toate încarnările ulterioare. Prin procesul respirator ritmic el transformă lumea şi conlucrează astfel la săvârşirea proceselor cosmice. Participă la creaţie pe Pământ.

În timp ce suflul omului obişnuit ucide, suflul omului purificat aduce viaţă lumii înconjurătoare. Aerul din oraşe este mai rău nu numai pentru că este murdărit de tot felul de lucruri fizice, ci şi pentru că-l strică respiraţia neritmică, nepurificată a oamenilor. Aerul din oraşe este plin de substanţe otrăvitoare datorită imoralităţii oamenilor. La ţară aerul e mai curat decât la oraşe. Acolo oamenii mai duc o încă viaţă mai simplă, mai ritmică, într-o linişte mai mare. În timp ce, în oraşe, omul este plin cu gânduri despre tot felul de lucruri care se învălmăşesc în viaţa lui făcând-o neritmică, omul de la ţară se obişnuieşte să-şi adapteze viaţa la cursul ritmic al naturii, al devenirii şi trecerii, la ritmul anotimpurilor. În corelaţie cu natura, el întreprinde în fiecare an, în anumite perioade, anumite munci şi prin aceasta se pune în legătură mult mai strânsă cu marile legi ale lumii decât o face orăşeanul, care nu ţine deloc seama de aceste legi ale lumii. Prin această integrare ritmică în cursul vieţii lumii, cel ce trăieşte la ţară aduce ritmicitatea şi în viaţa sa. Printr-un asemenea ritm, şi aerul pe care-l respiră devine mai ritmic, mai curat şi mai bun.

Plantele răspândesc aer curat. Ele sunt curate, fără pofte, altruiste; de aceea ne simţim aşa de bine în lumea plantelor!; din ea se revarsă viaţă. Dar omul obişnuit aduce moarte ambianţei prin suflul său. Printr-o viaţă curată morală, altruistă, omul trebuie să-şi transforme suflarea într-una pură, plină de viaţă şi s-o ritmizeze prin exerciţii yoga. Apoi trebuie să înveţe să-şi reverse individualitatea în suflu, s-o întipărească asupra lumii: prin aceasta dă viaţă ambianţei. Printr-o educaţie continuă de acest fel yoghinul învaţă să plutească deasupra fizicului, să trăiască pe planul veşniciei. Prin aceasta se ridică până la prototipurile eterne, nepieritoare, ale lucrurilor; care nu se nasc şi nu pier; se uneşte şi cu propriul său prototip. Fizic, omul se naşte şi piere; dar pentru fiecare om există un prototip; acesta este veşnic.

Dacă yoghinul învaţă să se unească cu prototipurile, s-a înălţat în lumea veşnică a spiritului; pluteşte deasupra efemerului. Aceasta este starea despre care se spune că yoghinul se odihneşte între aripile marii păsări, ale lebedei, ale lui AUM!

AUM este trecerea înapoi, de la imagini la prototip, dizolvarea în nepieritor. Dizolvarea în veşnic, unirea cu prototipurile este exprimată în această mantră din Upanişade:

> Yasm jatam jagat sarvam, yasminn eva praliyate
> Yenedam dhriyate caiva, tasmai jnanatmane namah.

E ceea ce poate fi găsit şi în gândul pascal. Este învierea omului din înrobirea lui de cele trecătoare şi materiale, în regiunile veşnice ale prototipurilor. Natura slujeşte ca simbol pentru aceasta. După cum, la Paşti, din pământ încolţeşte pretutindeni viaţă nouă, după ce sământa s-a jertfit şi a putrezit în pământ pentru a da noii vieţi posibilitatea de a lua naştere, tot aşa trebuie să moară toate cele inferioare din om. El trebuie să sacrifice natura inferioară pentru ca să se poată ridica la prototipurile veşnice ale lucrurilor. De aceea şi creştinătatea sărbătoreşte în acest anotimp al trezirii naturii din somnul iernii, moartea şi învierea Mântuitorului.

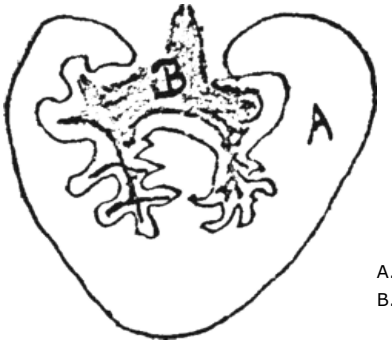
Şi omul trebuie mai întâi să moară pentru ca apoi să trăiască învierea întru spirit. Numai cel ce învinge ataşarea de lucrurile trecătoare poate deveni el însuşi nepieritor ca şi prototipurile veşnice, numai acela se poate odihni între aripile marii păsări Aum. Omul devine atunci un împreună-lucrător la progresul lumii. Participă la transformarea ei în vederea unei existenţe viitoare; din lăuntrul său cel mai profund acţionează atunci magic asupra lumii.

> Sine originară, din care am ieşit,
> Sine originară, care trăieşte în toate lucrurile,
> La Tine, Sine originară, venim înapoi.
>
> Urselbst, von dem wir ausgegangen sind,
> Urselbst, welches in allen Dingen lebt,
> Zu dir, du höheres Selbst, kehren wir zurück.

Note de la lecţia esoterică de la Berlin, din 2 Octombrie 1906 [Nota 24]

DESPRE CONSTITUIREA TRUPULUI SPIRITUAL PRIN MEDITAŢIE

Într-un sens modest trebuie să ne înalţe totuşi faptul că am fost consideraţi vrednici de a lua parte la şcoala esoterică. Nu din întâmplare am ajuns aici. Faptul că am căutat-o, că am fost lăsaţi să intrăm este o dovadă că această năzuinţă trăia în noi de mai multe vieţi. Lumea din afară nu ne mai poate mulţumi, nu ne putem dedica ei. Dacă am fi putut, n-am fi căutat drumul care ducea aici. Lumea de afară reprezintă deplina înflorire a celei de a cincea subrase; alături de această înflorire se arată deja zorii celei de a şasea zile sau celei de a şasea subrase. Aceasta va fi una mult mai spirituală; trupul spiritual va fi mult mai dezvoltat. Ea va fi preînflorirea a ceea ce se va dezvolta pe deplin în a şasea rasă originară. - Noi, cei care suntem în şcoala esoterică, aparţinem acestor zori a celei de-a şasea zi; îl urmăm şi îl slujim pe marele maestru care supraveghează constituirea ei; misiunea noastră este să creăm şi să naştem din noi acest trup spiritual. Trupul nostru fizic nu este eul nostru; nu trebuie să ne identificăm cu el. Aşa cum este acum, cu această soliditate minerală, l-am primit ca un instrument pentru misiunile celei de-a cincea rase originare. Trebuie să-l folosim şi să-l formăm ca pe un instrument; eul nostru trebuie să aibă putere asupra lui. Înainte vreme, eul nostru avea un instrument de alt gen; trupul celei de-a patra rase originare, a celei atlanteene, care nu cunoştea încă separarea dintre soare şi ploaie, care se mişca prin ceaţă unduitoare, era în unele privinţe altfel constituit, dar eul nostru era acelaşi; încă şi mai diferite erau trupurile rasei lemuriene, îndeosebi în stadiile ei iniţiale, care se mişcau plutind în mediul acvatic şi aerian. Acelaşi eu lucra la ele. Trupul nostru fizic s-a născut din macrocosmos. Lumea exterioară l-a format; din trupul nostru fizic trebuie eul nostru să creeze trupul spiritual. Atma se numeşte trupul nostru spiritual. Atma înseamnă suflare. Prin respiraţia reglată în timpul meditaţiei ne construim trupul spiritual. Într-adevăr, cu fiecare respiraţie ne inspirăm sau ne expirăm eul.



A. Organismul fizic, trupul fizic, trupul eteric, trupul astral
B. Manas, Buddhi, Atma (Sinea spirituală…)

Acest desen ne ajută să ne reprezentăm ce se petrece de fapt. Noi formăm trupul spiritual în lăuntrul trupului exterior constituit de zei. Eul se revarsă în el cu fiecare inspiraţie şi iese iarăşi la expiraţie. În timp ce reglăm respiraţia şi ne concentrăm asupra unor diferite puncte ale corpului nostru, ne înzestrăm trupul spiritual cu forţele care sunt necesare construirii lui. Eul însuşi stă în directă legătură cu acel loc din regiunea frontală, situat puţin deasupra rădăcinii nasului, înăuntru; gândirea cu laringele, simţirea cu mâinile, voinţa cu picioarele şi în general cu partea corporală inferioară. Dacă străbatem corpul nostru cu aceste forţe prin respirarea reglată, clădim la trupul nostru spiritual.

În spirit se afla germenele trupului meu (v. pag. 80).

Note de la aceeaşi lecţie luată de la altă mână

Pe parcursul dezvoltării lui lăuntrice, discipolului îi sunt date anumite exerciţii prin care trebuie să cultive omul spiritual din el. Va întreprinde exerciţii respiratorii după indicaţia profesorului său. Aceste exerciţii au menirea să-l conducă spre spiritualizare. Omul are în el un organ care, atunci când inspiră, se umple cu aer, iar când expiră, se goleşte iarăşi de aer.

La inspiraţie, aerul pătrunde în acest organ până în cele mai fine ramificaţii. Acest organ este plămânul. În aer trăieşte spiritul omului. Când inspiră, el îşi absoarbe spiritul, când expiră, îşi exală spiritul. Spiritul omului se dezvoltă tot mai mult. Şi astfel spiritul omului se găseşte alternativ când în om, când în afara lui. Prin inspiraţie şi expiraţie este stimulată creşterea omului spiritual.

Este foarte important ce încredinţează omul spiritului său când expiră. Prin aceste gânduri se construieşte spiritul său. Omul îşi făureşte spiritul prin fiecare gând pe care-l încredinţează suflului său, pe care-l exală. Omul nu a avut dintotdeauna un organ pentru a inspira aerul. Dacă ne întoarcem în timp pe planetele anterioare, pe lună bunăoară, constatăm că acolo trăiau fiinţe care nu inspirau aer, ci foc. Şi după cum azi omul inspiră aer şi expiră dioxid de carbon, acolo fiinţele inspirau foc şi expirau răceală.

Va veni un timp când omul nu va mai inspira şi expira aer. După cum omul îşi pregăteşte singur căldura pe pământ prin organul căldurii, inima cu circulaţia sângelui, tot aşa va avea mai târziu, în interiorul său, un organ care-i va aproviziona organismul cu ceea ce preluăm acum din aer, precum organul căldurii ne aprovizionează acum cu căldură care înainte, pe lună, era absorbită şi inspirată de către fiinţe din lumea înconjurătoare. Oamenii vor putea prelucra ei aerul uzat, în viitor, în lăuntrul lor. Când acest stadiu va fi atins, ei nu vor mai lua aer din mediu, nu vor mai trăi atunci în aer. Într-o fază şi mai îndepărtată, pe Jupiter, oamenii vor trăi în lumină şi vor absorbi lumină, aşa cum absorb acum aer, şi cum pe lună au absorbit căldură.

Va veni odată, şi pe acest Pământ, timpul în care omul nu va mai trăi decât în spiritul său, când nu va mai avea nevoie de corp decât ca instrument; deja de pe acum se croieşte acest timp. Trăim în ziua a cincea a omenirii, în a cincea rasă şi perioadă de dezvoltare a Pământului nostru; dar în lumea spirituală au început deja să se ivească zorile celei de a şasea. Omenirea trăieşte deja în aurora celei de a şasea zile.

Note de la lecţia esoterică de la Berlin, din 14 Noiembrie 1906 [Nota 25]

TREZIREA OMULUI LA CONŞTIENŢA DE SINE

În aceste consideraţii urmează să fie lămurite mai îndeaproape exerciţiile pe care le au de făcut cei aflaţi în învăţarea esoterică. Pentru cel care nu are încă de executat asemenea exerciţii, aceste lămuriri îi vor fi o pregătire în vederea timpului când şi el le va avea de făcut. Marii maeştrii ai înţelepciunii şi ai armonizării sentimentelor ne călăuzesc în lupta noastră interioară pentru cunoaştere. ❙ Un exerciţiu cunoscut multora este acela care constă în a te concentra mai întâi asupra punctului de la rădăcina nasului, între sprâncene, în interiorul capului, apoi asupra punctului din interiorul laringelui, după aceea asupra punctului extins într-o linie care se extinde de la umeri spre braţe şi mâini, şi în sfârşit asupra unui punct şi mai extins, care se întinde asupra întregii suprafeţe corporale. În ştiinţa ocultă se vorbeşte de aceste linii şi suprafeţe tot ca despre puncte. Vrem să învăţăm să înţelegem mai bine acest exerciţiu.

Pentru acestea trebuie să mergem cu gândul mult înapoi şi să ne transpunem în timpul lemurian. Pământul arăta pe atunci cu totul altfel. Ceea ce este astăzi stâncă solidă, curgea ca apă. Nu exista încă aer în sensul actual, pământul era învăluit în aburi fierbinţi. Multe metale care astăzi sunt solide existau pe atunci ca vapori sau curgeau ca apa; atmosfera de aburi era străbătută de curenţi eterici ca azi de curenţi de aer. Pe acest pământ trăia deja omul. Era însă un fel de animal-peşte-pasăre care se deplasa plutind, înotând. Un eveniment important în devenirea omului a fost atunci că şi-a format o piele, prin care s-a despărţit de lumea înconjurătoare şi s-a transformat într-o fiinţă autonomă. Până atunci omul nu fusese despărţit de ambianţă, curenţii întregii lumi treceau prin el; acum însă se închise prin piele. Această închidere era pricinuită de un curent eteric determinat. După un anumit timp se petrecu un alt eveniment important. Omul se ridică şi dădu prin aceasta întregii sale acţiuni şi strădanii o anumită orientare. Înainte, corpul omului fusese orientat ca la animalul de azi. De abia acum putu omul să-şi formeze membrele dinainte, braţele şi mâinile aşa cum sunt azi, adică pentru muncă în adevăratul înţeles. De abia acum începu omul să lucreze de sine stătător, de abia acum îşi putu dezvolta o karmă individuală. Nici un animal nu poate asta. Numai o fiinţă cu mers vertical îşi creează propria karmă. Un al doilea curent eteric e cel care a produs această transformare. ❙ Un al treilea curent eteric avu ca urmare o a treia transformare importantă. Abia acum, când omul dezvoltă un mers vertical, s-au putut forma plămâni cum numai omul are, şi legat de ei, se formă, din delicate substanţe eterice, laringele. Acum se putu dezvolta treptat vorbirea omenească. ❙ Datorită unui al patrulea curent eteric se formă organul dintre sprâncene, la rădăcina nasului, şi abia prin aceasta se trezi omul la conştienţa de sine:

conştienţa de sine, căci înainte poseda doar sentimentul de sine.

Deci dacă îţi îndrepţi atenţia, intens şi energic, mereu numai asupra unuia dintre cele patru puncte, adică asupra rădăcinii nasului, sau asupra laringelui, sau asupra mâinilor şi braţelor, sau asupra întregii suprafeţe corporale, şi uneşti acest exerciţiu cu un anumit cuvânt, foarte precis, care este împărtăşit numai direct, de la învăţător la discipol, intri în legătură cu acel curent eteric, ce a produs prefacerea din corpul omenesc. Educaţia ocultă constă, înainte de toate, în aceea că devenim conştienţi de procesele care lucrează inconştient asupra corpului nostru. Trebuie să intrăm într-o relaţie conştientă cu forţele cosmice.

Când îţi încrucişezi mâinile în aşa fel încât dreapta stă peste stânga şi te concentrezi asupra mâinilor astfel împreunate, aducând în centrul conştienţei un anumit cuvânt, vei remarca în curând, presupunând că exerciţiul este făcut suficient de des, cu maximă energie şi răbdare că ambele mâini tind să se despartă şi că braţele se deschid cu totul de la sine. Este poziţia sfinţilor medievali. Şi acest exerciţiu îşi are importanţa lui determinată. Mereu trec curenţi eterici din cosmos prin corpul uman. Un asemenea curent pătrunde prin cap, trece de acolo în piciorul drept, apoi în mâna stângă, pe urmă în mâna dreaptă, după aceea în piciorul stâng şi de acolo iarăşi în cap. Dacă ne imaginăm omul stând cu braţele desfăcute în poziţia descrisă mai sus, curentul ne apare în forma pentagramei. Ar fi rău pentru om dacă curentul ar intra nu prin cap ci prin picioare. Prin picioare pătrund în corpul omenesc toate influenţele negative. Magicienii negrii se folosesc de aceasta. Dar acest curent circulă prin om nu numai atunci când omul se află în această poziţie specială, ci totdeauna, chiar şi când mâinile sunt împreunate sau un picior este îndoit. Există cinci felurite vibraţii eterice prin corpul omenesc. Una dintre ele circulă şi în substanţa solidă şi de aceea se numeşte deoarece poate străbate şi pământul compact "pământească".

Aceşti cinci curenţi circulă permanent prin om şi-l pun în legătură cu întregul cosmos.

Fiinţa umană este ţesută din spirit; ne-am născut din spirit, am coborât în materie, şi ne întoarcem iarăşi în spirit. Curenţii care erau activi asupra noastră la coborârea în materie, trebuie să ne devină conştienţi. Mergem înapoi pe acelaşi drum pe care am venit, dar conştient. Nu există o altă dezvoltare adevărată. Ceea ce aprindem deja în noi prin aceste exerciţii, omenirea generală va dezvolta abia în a şasea rasă originară. O rasă originară se numeşte în ştiinţa ocultă o zi a creaţiei. Ne aflăm în stadiul pregătirii celei de a şasea zi a creaţiei, suntem în zorii celei de a şasea zi a creaţiei. Coborârea din spirit, viaţa în materie şi reîntoarcerea în spirit, sunt exprimate prin trei litere:

A U M

Note de la lecţia esoterică de la München, din 6 Iunie 1907 [Nota 26]

TEMELIILE UNEI EDUCAŢII ESOTERICE

Trebuie să limpezim mai întâi care sunt de fapt principiile unei educaţii esoterice şi care este de fapt esenţa lor. Şcoala căreia îi aparţinem e organizată în aşa fel, încât în ea sunt diferite cercuri. Toţi cei proaspăt alăturaţi ei sunt "căutătorii". Cei care înaintează mai departe aparţin celor care "exersează". Iar de aceasta se leagă "educaţia" propriu-zisă. În aceste trei cercuri se împarte şcoala noastră. Am intrat cu toţii în şcoala esoterică pentru a ne dezvolta anumite organe lăuntrice care ne fac capabili să trăim noi înşine în lumile superioare. Dar cum pot fi dezvoltate asemenea organe în noi? Toate organele noastre au apărut datorită unei activităţi pe care noi am desfăşurat-o în trecut. Vom ilustra aceasta printr-un exemplu. Era un timp în care noi nu aveam încă ochi. Atunci omul se mişca plutind, înotând într-o mare originară apoasă. Pentru a se putea orienta dispunea de un organ care mai există azi doar ca un rudiment. E aşa zisa glandă pineală. Se află pe creştetul capului, spre interior. La anumite animale poate fi văzută încă dacă se ridică calota craniană. Cu acest organ omul din străvechime putea să perceapă dacă se apropia de un lucru folositor sau dăunător. Înainte de toate era însă un organ pentru perceperea căldurii sau frigului. Când soarele lumina pe atunci de sus pământul, omul nu putea să-l vadă, dar glanda pineală îl trăgea spre acele locuri ale mării unde soarele încălzea apa. Iar această căldură îi dădea o senzaţie de mare beatitudine. Omul zăbovea îndelung în asemenea locuri ale apei şi se deplasa departe pe suprafaţa apei pentru ca să poată rămâne sub razele soarelui. Iar ochii noştri de azi s-au format prin faptul că razele soarelui cădeau direct pe corpul lui. Două lucruri au fost aşadar necesare pentru ca ochii să poată apărea: trebuia, pe de o parte, ca soarele să lumineze de sus, iar pe de altă parte, şi ca oamenii să înoate spre acele locuri încălzite de soare şi să se expună soarelui. Dacă oamenii de odinioară nu ar fi făcut acest lucru ci şi-ar fi zis: nu vreau să dezvolt decât ceea ce se află deja în mine, şi-ar fi dezvoltat mai departe glanda pineală dându-i proporţii tot mai mari, monstruoase, dar nu ar fi dobândit ochi niciodată.

Tot aşa trebuie să ne închipuim şi dezvoltarea ochilor spirituali. Nu trebuie să spunem: lumile superioare se află deja în mine, trebuie doar să le dezvolt. Nici oameni aceia nu puteau dezvolta din ei soarele, ci numai organele cu care să-l poată vedea. Tot aşa şi noi, nu putem dezvolta din noi înşine lumile superioare, ci numai organele prin care putem vedea soarele spiritual, lumile spirituale. Şi niciodată nu ne vom putea dezvolta asemenea organe dacă, pe de o parte, soarele spiritual nu ne va lumina, iar pe de altă parte, dacă nu ne vom grăbi să ne expunem acestui soare pentru ca el să ne poată lumina. Locurile în care străluceşte pentru noi soarele spiritual sunt şcolile esoterice, şi toţi cei care sunt mânaţi spre ele, sunt atinşi de razele lui, dacă se comportă conform îndrumării şcolii.

Fiecare organ care a avut un trecut va avea şi un viitor. Şi glanda pineală va redeveni în viitor un organ important. Iar cei aflaţi în şcolile esoterice lucrează de pe acum la cultivarea ei. Exerciţiile care ni se dau acţionează nu numai asupra trupului astral şi eteric, ci şi asupra glandei pineale. Iar când acţiunea devine foarte energică, ea trece de la glanda pineală în vasele limfatice şi de acolo în sânge. Dar nu numai aceia care fac acum exerciţii oculte vor avea în viitor o glandă pineală dezvoltată, ci toţi oamenii. Iar la oamenii care vor constitui rasa cea rea, ea va fi un organ pentru cele mai negative şi îngrozitoare impulsuri şi va fi atât de mare încât va ocupa cea mai mare parte a corpului. După cum vezi o mulţime de muşte din depărtare ca roi, tot aşa atunci când pe pământ se vor perinda multe corpuri în formă de glandă, pământul însuşi, privit din spaţiul cosmic, va arăta ca o mare glandă. La aceia însă care şi-au cultivat glanda pineală într-un mod just, ea va fi un organ foarte nobil şi împlinit.

Vom cerceta acum mai de aproape exerciţiile ce ne sunt date, şi făcând aceasta să ne amintim că aceste exerciţii fac sufletele noastre receptive pentru razele solare spirituale.

Ca o pregătire pentru exerciţiile oculte propriu-zise slujesc cele şase exerciţii secundare. În cel ce li se dedică just, cu seriozitate şi râvnă, ele produc acea stare sufletească fundamentală, pentru ca exerciţiile oculte să poată da roadele cele bune.

1. *Controlul gândurilor*: zilnic, cel puţin câte cinci minute, fă-ţi timp liber şi reflectează la un gând cât se poate de lipsit de importanţă şi care nu te interesează câtuşi de puţin, legând logic tot ce se poate gândi asupra obiectului. Este important să fie un obiect nesemnificativ, deoarece ceea ce trezeşte calităţile sufleteşti adormite este tocmai constrângerea pe care trebuie să ţi-o impui pentru a-ţi menţine mult timp concentrarea asupra lui. După un anumit timp vei sesiza în suflet un sentiment de soliditate şi siguranţă. Dar nu trebuie să-ţi închipui că acest sentiment năvăleşte impetuos asupra ta. Nu, ceea ce trebuie să sesizezi este, dimpotrivă, un sentiment foarte delicat şi subtil. Cei

care afirmă că nu pot simţi absolut deloc în ei acest sentiment, seamănă foarte adesea cu cei care pornesc să caute un obiect foarte mic şi fin printre multe alte obiecte. Ei caută, ce-i drept, dar numai aşa, la suprafaţă, şi de aceea nu pot găsi micul obiect ci îl trec cu vederea. Trebuie, liniştit, să asculţi în tine; vei percepe atunci acest sentiment care apare mai cu seamă în partea de dinainte a capului. Când l-ai simţit acolo, varsă-l mental în creier şi în măduva spinării. Treptat începi să încerci senzaţia că din partea anterioară a capului pornesc raze până în măduva spinării.

2. *Iniţiativa acţiunii*: Pentru aceasta alege-ţi o acţiune imaginată în tine însuţi. Cine, de pildă, şi-a luat ca exerciţiu zilnic udarea unei flori, aşa cum stă scris în instrucţiuni ca exemplu, acela face ceva cu totul inutil. Căci acţiunea trebuie să pornească din proprie iniţiativă, deci trebuie s-o fi conceput tu însuţi. Atunci se face remarcat la acest exerciţiu un sentiment de: "pot realiza ceva", "sunt capabil de mai multe decât mai înainte", "simt impulsul spre activitate". Acest sentiment se resimte de fapt în întreaga parte superioară a corpului. Încerci apoi să-l faci să curgă spre inimă.

3. *A fi mai presus de bucurie şi suferinţă*: Îţi vine bunăoară odată să plângi. Atunci e momentul să faci acest exerciţiu. Te constrângi cu toată puterea să nu te laşi cuprins de plâns. Acelaşi lucru e valabil şi pentru râs. Străduieşte-te ca atunci când îţi vine să râzi, să nu cedezi râsului ci să rămâi liniştit. Nu înseamnă că nu mai trebuie să râzi, ci trebuie să te poţi stăpâni, să fi stăpân peste râs şi plâns. Şi dacă te-ai învins de câteva ori, încerci curând un sentiment de linişte şi calm. Lasă acest sentiment să curgă prin întregul corp, vărsându-l mai întâi din inimă în braţe şi în mâini, pentru ca prin mâini să iradieze în fapte. Îl laşi apoi să curgă spre picioare şi apoi spre cap. Acest exerciţiu cere o foarte serioasă autoobservare, pe care trebuie s-o efectuezi cel puţin un sfert de oră pe zi.

4. *Pozitivitatea*: În tot ce e rău trebuie să ştii a găsi grăuntele de bun, în tot ce e urât frumosul, şi chiar în fiecare răufăcător scânteia de divinitate. Capeţi atunci sentimentul că parcă te lărgeşti dincolo de pielea ta. Acest sentiment al dilatării este asemănător cu acela pe care îl are trupul eteric după moarte. Când încerci acest sentiment, lasă-l să iradieze prin ochi, urechi şi întreaga piele, mai ales prin ochi.

5. *Obiectivitatea*: Trebuie să rămâi mobil, să fi mereu capabil să asimilezi ceva nou. Dacă cineva ne povesteşte ceva ce ni se pare neverosimil, trebuie totuşi ca în inimă să rămână mereu un colţişor în care să ne spunem: s-ar putea totuşi să aibă dreptate. Ceea ce nu trebuie să ne tocească spiritul critic; putem verifica, desigur, cele aflate. Ne cuprinde atunci un sentiment ca şi cum ceva ar curge din afară în noi. Absorbim acest ceva prin ochi, urechi şi întreaga piele.

6. *Echilibrul*: Cele cinci trăiri anterioare trebuie acum aduse în armonie prin distribuirea echilibrată a atenţiei asupra lor.

Aceste exerciţii nu trebuie făcute neapărat câte o lună fiecare. Trebuia însă indicat un timp. Important, înainte de orice, este să fie executate în ordinea arătată. Cine face exerciţiul al doilea înaintea primului nu are nici un folos. Căci importantă este tocmai ordinea. Unii cred chiar că ar trebui să înceapă cu al şaselea exerciţiu, cu armonizarea. Dar se poate armoniza ceva când nu ai ce? Cel ce nu vrea să facă exerciţiile în ordinea indicată, acela nu are nici un folos de pe urma lor. Ca şi cum, trebuind să faci şase paşi peste o punte, ai vrea să începi cu al şaselea; la fel de absurd este să vrei să începi cu al şaselea exerciţiu.

Apoi cei mai mulţi dintre noi au primit o *meditaţie de dimineaţă*. Trebuie făcută dimineaţa, devreme, la o oră stabilită şi pe care o respecţi cât mai riguros cu putinţă. Te adânceşti la început în cele şapte versuri. La unii dintre noi sună în felul următor:

> În razele curate de lumină
> Străluceşte divinitatea lumii!
> În iubirea pură faţă de toate fiinţele
> Radiază Dumnezeirea sufletului meu.
> Mă odihnesc în divinitatea lumii,
> Mă voi găsi pe mine însumi
> În Divinitatea lumii!

În timpul meditaţiei nu trebuie să speculezi asupra acestor şapte rânduri, ci să trăieşti pe de-a-ntregul în lăuntrul lor. Trebuie să ţi le reprezinţi destul de plastic. Astfel:

> *În razele pure ale luminii*

Te vei simţi scăldat de undele lucitoare ale luminii care străbat din toate părţile şi a căror strălucire ţi-o vei reprezenta cât mai limpede.

> *Străluceşte divinitatea lumii*

îţi închipui că Dumnezeu este cel ce radiază spre tine prin aceste raze; încerci să-L simţi şi să-L absorbi în tine.

> *În iubirea pură faţă de toate fiinţele*
> *Radiază dumnezeirea sufletului meu.*

îţi reprezinţi cum faci ca razele divine pe care le-ai absorbit, să radieze înapoi, spre fericirea tuturor fiinţelor.

Rândurile finale trebuie să trezească reprezentarea şi sentimentul că ai fi cu totul îmbăiat de razele Divinităţii şi că în ele te găseşti pe tine însuţi. Cine vrea să-şi reprezinte aceasta deosebit de plastic, poate să-şi imagineze şi un pom pe care l-a îndrăgit şi la care revine cu plăcere.

După aceste şapte rânduri ni s-a dat un cuvânt sau o propoziţie spre adâncire. Această concentrare pe o propoziţie sau un cuvânt, de pildă "tărie", este foarte importantă. Este un fel de parolă, de cuvânt energic, adecvat cu exactitate structurii sufleteşti a fiecărui ins. Trebuie să laşi acest cuvânt să sune în suflet aşa cum se întâmplă când loveşti un diapazon. Şi aşa cum tragi cu urechea la sunetul tot mai pierdut al diapazonului, tot astfel după cufundarea în cuvânt trebuie să-l laşi să răsune în suflet, să te dăruieşti celor produse în suflet prin acest cuvânt.

În încheiere te cufunzi încă pentru cinci minute în propriul tău ideal divin. Nu discutăm aici despre ce fel de ideal e vorba; este vorba numai de crearea unei juste dispoziţii sufleteşti. E indiferent dacă te gândeşti la învăţător sau la cerul înstelat. Au venit deja atei care credeau că nu au nici un ideal divin. Dar au putut fi îndreptaţi spre cerul înstelat care totuşi smulge fiecăruia un sentiment de veneraţie şi devoţiune.

Cine a început odată să lucreze cu aceste exerciţii, acela trebuie să rămână la ele şi să nu le părăsească atunci când nu-i convine. Trupul astral şi cel eteric se obişnuiesc repede cu aceste exerciţii, şi când nu le capătă se revoltă. O întrerupere sau o încetare deplină a lor este în orice caz periculoasă.

Importantă este şi *retrospectiva de seară*. Ea trebuie făcută de la sfârşit spre început, ca să ne obişnuim cu modul de percepere al planului

astral. În timpul retrospectivei trebuie să-ţi reprezinţi totul cât se poate de plastic. La început, firește, dacă ai avut să zicem optzeci de evenimente şi trăiri, nu poţi să nu le evoci plastic pe toate optzeci în faţa sufletului. De aceea trebuie să procedezi la o selecţie înţeleaptă până ce, în fine, întreaga viaţă a unei zile ajunge să se desfăşoare în faţa ta ca un tablou. Importante sunt iarăşi micile acţiuni nesemnificative căci tocmai sforţarea e aceea care trezeşte forţele sufletului.

Note sumare de la lecţia esoterică de la Berlin, din 9 octombrie 1907 [Nota 23]

ÎNSEMNĂTATEA ANULUI 1879
DISCUTAREA UNEI FORMULE DE MEDITAŢIE

Tot ce este enunţat într-o lecţie esoterică ne este nemijlocit transmis de către învăţători, şi acela care vorbeşte este numai un instrument al intenţiilor lor.

Deosebirea între o lecţie exoterică şi una esoterică constă în aceea că acolo se asimilează o învăţătură, cunoştinţe, aici se *trăieşte* ceva. Învăţătorii vorbesc neîncetat oamenilor, însă numai cei pregătiţi pot să le audă vocea, cei al căror suflet este deschis pentru ca învăţătorii să găsească acces la ei. Munca esoterică este de cea mai mare însemnătate pentru dezvoltarea lumii, dar în acelaşi timp, şi pentru omul care se află în cea mai simplă situaţie socială.

Anul 1879 deschide o epocă de cea mai mare importanţă în dezvoltarea omenirii printr-un eveniment care s-a petrecut pe planul astral; de atunci cultura noastră a luat o altă direcţie.

În 1250 a început un curent spiritual care şi-a atins apogeul în 1459 [Nota 28]: când Christian Rosenkreutz a fost ridicat la rangul de cavaler al crucii cu trandafiri. Începu atunci (1510) epoca numită în ocultism epoca lui *Gabriel*. În 1879 a început epoca lui *Mihaiel*; cea care va urma se numeşte epoca lui *Orifiel*. Mari lupte îi vor răscoli pe oameni; de aceea este pregătit acum un mic grup pentru ca în acea epocă întunecată să facă să strălucească făclia cunoaşterii spirituale. (v. nota 28)

Discutarea formulei de meditaţie: "În razele pure ale luminii". Reprezentarea imaginativă a momentelor alcătuitoare:

În razele pure ale luminii
Străluceşte divinitatea lumii.

Aici divinitatea se revarsă ca lumină argintie şi strălucitoare a lunii peste lumea exterioară: ne simţim ca pătrunşi şi scăldaţi de această lumină.

În iubirea pură faţă de toate fiinţele
Radiază Dumnezeirea sufletului meu.

După identificarea cu lumea înconjurătoare, unde am încercat să recunoaştem Divinitatea, ne cufundăm în propriul nostru interiorior, iar prin iubirea care ne uneşte cu toate fiinţele, găsim relaţia cu Divinitatea şi simţim Dumnezeirea propriului nostru suflet.

Mă odihnesc în Divinitatea lumii.

Cuvântul *odihnă* are o putere magică: acela căruia îi reuşeşte să se concentreze în acest cuvânt şi să-l lase să acţioneze asupra sa, acela simte cum este străbătut cu totul de un sentiment de linişte şi pace. Găsim în interiorul nostru această linişte şi această pace când ne simţim în relaţie cu Dumnezeu: liniştea ne înconjoară, ne pătrunde.

Mă voi găsi pe mine însumi
În Divinitatea lumii.

Şi acum apare în noi reprezentarea ca a unui punct luminos, a unei scântei strălucitoare care ne licăreşte din depărtare şi spre care tindem ▮ şi în care ne vom găsi în sânul Divinităţii.

Note sumare de la lecţia esoterică de la München, din 16 ianuarie 1908 [Nota 29]

DESPRE PROCESUL RESPIRAŢIEI

În ultima noastră lecţie esoterică a fost vorba despre marile legităţi ale vieţii spirituale, aşa cum se relevează ele în decursul evoluţiei umane, despre marile puteri spirituale care guvernează tot ce se petrece pe planul fizic şi care se înlocuiesc reciproc în activitatea lor; astăzi vom vorbi într-un mod ceva mai intim despre legile vieţii spirituale aşa cum se desfăşoară ele chiar în lăuntrul omului.

Cel angrenat într-o educaţie ocultă este, într-un anumit sens, un om care aşteaptă, un căutător. El aşteaptă ca într-o bună zi să i se dezvăluie o nouă lume în afara aceleia pe care a perceput-o în mod obişnuit. El aşteaptă ca într-o bună zi să-şi poată spune: văd o nouă lume; văd ▮ printre toate obiectele şi fiinţele pe care le puteam percepe până acum în spaţiu ▮ o mulţime de entităţi spirituale care înainte îmi erau ascunse. Pentru ca acest lucru să devină cu totul limpede trebuie să evocaţi iarăşi în faţa sufletului cele şapte stări de conştienţă pe care omul le străbate în decursul dezvoltării sale. Prima stare de conştienţă prin care a trecut omul a fost un grad de conştienţă confuz, crepuscular, în care omul se simţea una cu Cosmosul; numim această stare existenţa saturneană. În existenţa solară amploarea conştienţei scăzu, dar deveni în schimb cu atât mai luminoasă. Când, după aceea, omul trecu prin existenţa lunară, conştienţa era asemănătoare celei pe care o trăim ▮ ca ultim rest ▮ în viaţa noastră de vis; era o conştienţă imaginativă, confuză. Aici, pe Pământ, avem conştienţa luminoasă de zi, care va rămâne când omul se va ridica iar la conştienţa imaginativă luminoasă. Mai departe, pe Jupiter, omul se va ridica la două stări încă şi mai înalte de conştienţă: cea inspirată şi cea intuitivă. Astfel conştienţa noastră luminoasă de zi stă la mijloc între conştienţa imaginativă confuză a lunii şi conştienţa imaginativă luminoasă a lui Jupiter. Şi ceea ce aşteaptă discipolul esoteric să i se descopere într-o zi este conştienţa jupiteriană. Fiecăruia dintre noi îi va veni odată această conştienţă, unuia mai devreme, altuia mai târziu, în funcţie de capacităţile sale, de gradul maturizării sale interioare.

Conştienţa jupiteriană există însă deja, incipient, în fiecare om. Într-un mod foarte plăpând, conştienţa viitoare e deja schiţată, numai că

omul nu şi-o poate explica. Într-o mare parte viaţa esoterică constă tocmai din aceea că elevul învaţă să interpreteze în mod just procesele subtile din el şi din ambianţa sa. Nici vechea conştienţă lunară nu a dispărut cu totul, ea supravieţuind prin ultimele rudimente. Cele două stări ale omului de azi, în care într-una e prezentă încă vechea conştienţă lunară şi în cealaltă deja noua conştienţă jupiteriană, sunt sentimentul de ruşine şi cel de frică. În sentimentul ruşinii, când sângele e împins spre periferia corpului, mai trăieşte un ultim rest al conştienţei lunare, iar în sentimentul fricii, când sângele se năpusteşte spre inimă ca să găsească acolo un centru solid de sprijin, se vesteşte conştienţa jupiteriană. Aşa înclină spre cele două părţi conştienţa de zi normală.

Când simţim ruşine în legătură cu ceva şi roşeaţa ruşinii ni se urcă în obraji, trăim ceva ce ne aminteşte de existenţa lunară. Reprezentaţi-vă un om lunar. El nu-şi spunea încă "eu", ci trăia într-o conştienţă imaginativă confuză, crepusculară, cu totul întreţesut în forţele şi entităţile astrale cu care se simţea a fi în unitate şi armonie. Încercaţi să vă închipuiţi, fraţilor şi surorilor, că într-o bună zi licăreşte la un asemenea om lunar deodată sentimentul: sunt un "Eu". Eu sunt diferit de ceilalţi, sunt o fiinţă de sine stătătoare şi toate celelalte fiinţe din jur mă privesc. ❙ Un uriaş sentiment al ruşinii l-ar fi cuprins de sus până jos pe întregul om lunar, ar fi încercat să dispară, să piară de ruşine, dacă ar fi trăit un asemenea sentiment prematur al eului. Aşa parcă am vrea şi noi, fraţii mei şi surorile mele, când ne năpădeşte un sentiment al ruşinii, să dispărem, să intrăm în pământ, să ne dizolvăm eul. Imaginaţi-vă cum era întreţesut vechiul om lunar în armonia cu entităţile şi forţele ambianţei sale. Când se apropia de el o fiinţă vrăjmaşă, nu se gândea, ci ştia instinctiv cum trebuie să se ferească. El acţiona dintr-un sentiment pe care ❙ dacă ar fi fost conştient ❙ l-ar fi putut exprima cam în felul următor: ştiu că legile lumii nu sunt orânduite în aşa fel încât acest animal sălbatic să mă sfâşie acum; ci armonia lumii este aşa încât trebuie să existe mijloace care să mă apere de duşman. ❙ Vechiul om lunar se afla deci nemijlocit în armonie cu forţele cosmosului. Dacă s-ar fi trezit în el un sentiment al eului, această armonie ar fi fost deranjată. Şi într-adevăr, de cum a început să străbată omul pe pământ, sentimentul eului l-a adus într-o tot mai mare disonanţă cu ambianţa. Clarvăzătorul aude cosmosul răsunând într-o impunătoare armonie, şi când compară cu ea sunetele care vin la el de la diferiţi oameni, constată că azi în toţi oamenii domneşte disonanţa; la unul mai mare, la altul mai mică, dar tot disonanţă rămâne. Iar datoria voastră este ca pe parcursul dezvoltării voastre să prefaceţi tot mai mult această disonanţă în armonie. Această disonanţă a apărut prin egoitate, dar ea a fost cu înţelepciune rânduită de către puterile spirituale care stăpânesc şi conduc cosmosul. Dacă oamenii ar fi rămas întotdeauna în armonie, n-ar fi ajuns niciodată la autonomie. Disonanţa a fost instituită pentru ca omul să-şi poată recâştiga armonia în mod liber, prin propria-i forţă. Sentimentul eului conştient de sine trebuia aşadar să se dezvolte mai întâi în contul armoniei interioare. Dacă vine apoi timpul în care începe să licărească conştienţa jupiteriană şi omul reintră în relaţie armonioasă cu forţele cosmosului, el va salva cu sine acest sentiment al eului în noua stare de conştienţă, aşa încât omul va fi atunci un eu de sine stătător şi se va afla totuşi în armonie cu cosmosul.

Am văzut că în sentimentul de frică se anunţă deja noua conştienţă jupiteriană. Dar totdeauna când o stare viitoare începe să apară înainte de timp, este prematură şi nelalocul ei. Printr-un exemplu acest lucru vi se va limpezi. Când o floare, care după soiul ei trebuia să înflorească în august, este făcută să înflorească într-o seră deja în mai, în august, la timpul normal al înfloririi ei nu va mai da nici o floare; forţele ei vor fi epuizate şi nu se va mai potrivi cu condiţiile în care trebuia să intre. Şi chiar în mai, de îndată ce este dusă din seră, va trebui să piară, deoarece nu se potriveşte cu condiţiile naturale ale acestui anotimp. Tot aşa e şi cu sentimentul fricii. Nici el nu e azi la locul lui, şi va fi încă şi mai puţin în viitor. Ce se petrece când apare acest sentiment? Sângele se strânge în centrul omului, în inimă, ca să formeze acolo un centru solid, ca să-l facă pe om tare în faţa lumii din afară. Forţa cea mai dinlăuntru a eului este cea care provoacă aceasta. Această forţă a eului, care acţionează asupra sângelui trebuie să devină tot mai conştientă şi mai puternică, iar pe Jupiter omul va putea să-şi conducă cu totul conştient sângele spre centru şi să se facă mai puternic. Ceea ce e însă azi nefiresc şi nociv e sentimentul fricii, legat de această circulaţie a sângelui. În viitor el trebuie să nu mai existe; vor trebui să acţioneze doar forţele eului, fără frică.

În decursul dezvoltării umane lumea exterioară ne înconjoară într-un mod tot mai ostil. Tot mai mult trebuie să învăţaţi a opune forţa voastră interioară lumii năvălitoare din afară. Dar frica trebuie să dispară. Şi în mod deosebit celui angajat în disciplina esoterică îi este necesar, absolut necesar, să se elibereze de toate sentimentele de teamă şi frică. Teama are o îndreptăţire autentică numai acolo unde ne face atenţi că trebuie să devenim puternici, dar toate sentimentele nefireşti de teamă, care-l torturează pe om, trebuie să dispară cu desăvârşire. Ce s-ar întâmpla dacă omul ar continua să aibă sentimente de teamă când apare conştienţa jupiteriană? Acolo lumea exterioară se va opune omului într-un mod mult mai ostil şi mai înfricoşător decât azi. Un om care nu se dezobişnuieşte aici de teamă, va cădea acolo dintr-o spaimă cumplită în alta.

De pe acum se pregăteşte această stare în lumea exterioară. Şi ea i se va arăta omului şi mai limpede în acel groaznic timp care se va năpusti peste noi sub conducerea lui Orifiel, despre care v-am vorbit ultima oară. Atunci omul trebuie să fi învăţat să se ţină tare! Cultura noastră de azi creează ea însăşi acei monştri înspăimântători care-l vor ameninţa pe omul de pe Jupiter. Priviţi uriaşele maşini pe care tehnica omenească le construieşte cu atâta ingeniozitate! În ele omul îşi construieşte demonii care în viitor se vor dezlănţui asupra lui. Tot ceea ce omul îşi construieşte azi ca aparate şi maşini, în viitor va căpăta viaţă şi se va opune omului cu vrăjmăşie într-un mod îngrozitor. Tot ce a fost creat numai din principiul utilitarist, din egoismul individual sau colectiv, va fi în viitor duşmanul omului. Ne interesăm astăzi mult prea mult de folosul celor ce le facem. Dacă vrem să promovăm cu adevărat dezvoltarea nu trebuie să ne preocupe utilitatea ci îndeosebi nobleţea şi frumuseţea lucrurilor. Acţiunile noastre să nu pornească numai din principiul utilitarist, ci din bucuria pură pentru frumos. Tot ceea ce creează astăzi omul ca să-şi satisfacă necesitatea artistică, din iubirea curată pentru frumos, se va însufleţi, deasemenea, în viitor şi va contribui la dezvoltarea superioară a omului. Este teribil însă să trebuiască astăzi să vezi cum mii de oameni sunt îndemnaţi, din fragedă copilărie, să nu cunoască nici o altă activitate în afara aceleia pe care o duc de dragul folosului material, şi să fie rupţi toată viaţa de ce este frumos şi artistic. Şi cele mai sărace şcoli elementare ar trebui să atârne pe pereţi cele mai splendide opere de artă ❙ asta ar aduce o nesfârşită binecuvântare în dezvoltarea umană. Omul îşi construieşte singur viitorul. Poţi să-ţi faci o idee despre cum va fi pe Jupiter dacă înţelegi că astăzi nu există nimic absolut bun şi nimic absolut rău. În fiecare om binele şi răul este astăzi amestecat. Cel bun trebuie doar să-şi spună că are ceva mai mult bine în el decât cel rău, dar că nu este pe deplin bun. Pe Jupiter însă binele şi răul nu vor mai fi amestecate, ci oamenii se vor împărţi în oameni pe deplin buni şi pe deplin răi. Şi tot ce cultivăm azi ca frumos şi nobil slujeşte la întărirea binelui pe Jupiter, iar tot ceea ce se face din punctul de vedre al egoismului şi utilitarismului, consolidează răul.

Pentru ca omul să fie cu totul fortificat în faţa puterilor rele ale viitorului, trebuie să intre în posesia forţei celei mai lăuntrice a eului său, trebuie să-şi poată regla conştient sângele în aşa fel încât acesta să-l facă puternic în faţa vrăşmaşului, dar fără nici o teamă. Forţa care poartă sângele în interior trebuie s-o aibă în stăpânirea sa. Dar nici cealaltă facultate, aceea de a împinge sângele de la inimă spre periferie, nu trebuie să se piardă pentru el. Căci starea jupiteriană va însemna, într-un fel, şi o întoarcere la vechea conştienţă lunară. Omul va intra iarăşi în armonie cu marile legi ale lumii şi se va simţi una cu ele. Va redobândi capacitatea să se unească cu marile puteri spirituale ale lumii, dar nu ca pe lună, inconştient şi crepuscular; pe Jupiter îşi va păstra mereu conştienţa luminoasă de zi şi sentimentul conştient de sine al eului şi totuşi va trăi în armonie cu forţele şi legile lumii. Disonanţa va fi prefăcută atunci în armonie. Iar ca să se poată vărsa în armonia universului, trebuie să poată face în mod conştient ca cea mai intimă forţă a Eului său să radieze din inimă spre afară. Aşadar trebuie să poată centraliza în mod conştient forţele interioare ale sângelui, când îi apare în cale un duşman, şi trebuie să le poată şi iradia conştient. Numai atunci va fi ajuns să corespundă condiţiilor viitoare.

Cel care tinde spre o dezvoltare interioară trebuie să înceapă încă de azi să intre, treptat, din ce în ce mai mult, în posesia acestor forţe. O face prin aceea că învaţă să inspire şi să expire conştient. Când omul inspiră suflul, intră în activitate forţele eului care îl pun în relaţie cu forţele cosmosului, adică acele forţe care iradiază din inimă spre afară. Iar când omul dă afară suflul şi se abţine să respire, intră în activitate acele forţe ale eului care pătrund spre centru, spre inimă şi îi creează acolo un centru stabil. Aşa învaţă discipolul încă de azi, dacă îşi face conştient exerciţiile de respiraţie în acest fel, să devină treptat stăpân pe forţele Eului său. Să nu creadă însă nimeni că-i este îngăduit să întreprindă independent astfel de exerciţii înainte de a fi căpătat indicaţii în privinţa aceasta. Fiecare le va primi la timp. Dar chiar şi pentru cel care nu face încă asemenea exerciţii, nu este niciodată prematur să se familiarizeze cu sensul acestor exerciţii şi să dobândească înţelegere pentru aceste lucruri. Cu atât mai rodnice vor fi ele mai târziu. Aşa trebuie, fraţilor şi surorilor, să căpătaţi tot mai multă înţelegere şi pentru procesele subtile care se petrec în voi şi în întreaga lume, integrându-vă treptat în perioadele viitoare ale dezvoltării umane.

Din expunerea făcută pe aceeaşi temă în 26 Ianuarie 1908 la Berlin au fost reţinute următoarele: [Nota 30]

Când inspirăm adânc şi reţinem suflarea, recapitulăm o parte a stării lunare. Când lăsăm însă suflul afară, avem în aceasta o parte a stării jupiteriene. De acestea depinde dacă discipolul ocult primeşte fie exerciţii în care trebuie să păstreze suflul înlăuntru, deoarece el are de trecut într-o anumită măsură prin starea lunară, fie exerciţii în care trebuie să lase suflul afară deoarece, în felul acesta, poate atinge starea jupiteriană. Fiecare trebuie să aibă un regim individual.

Ştim că curentul omenirii se împarte de pe acum în două părţi: una care trece în bine, în ceea ce este moral, şi alta care se termină prin ceva îngrozitor, prin rău. Aceste stări se pregătesc încă de pe acum, germenii există deja. Astfel, tot ce există astăzi în lume ca maşini, instrumente şi sunt puse în mişcare, vor deveni pe Jupiter demoni cumpliţi, înspăimântători. Tot ceea ce slujeşte doar principiului utilitar va căpăta anvergura unor asemenea puteri înfricoşătoare. Acest proces poate fi paralizat dacă facem ca aceste aparate utilitare, pe lângă folosul pe care îl aduc, să vestească, înainte de toate, frumosul, divinul. E foarte bine să ştim acest lucru. Altminteri asemenea forţe ar sfâşia cândva Pământul. Vedem de asemenea cât de important este ca în educaţia copilului să-l înconjurăm pe acesta cu impresii artistice. Arta te face liber. Şi locomotiva trebuie transformată cândva într-o maşină care să fie frumoasă. Sentimentele noastre de teamă, de frică sunt hrană pentru alte entităţi rele. Nu trebuie să lăsăm să apară asemenea gânduri. Căci pe Jupiter astfel de demoni ne vor împresura în număr mult mai mare decât acum. Dar n-are a se teme în privinţa aceasta cel care-şi păstrează, ca om înţelept, învelişul curat, în aşa fel încât muştele să nu se poată aduna în jurul murdăriei.

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

IV
LĂMURIRI ÎN LECŢIILE ESOTERICE

Lecţie esoterică de la Berlin, din 24 Octombrie 1905 [Nota 22]

Unica redactare de către Rudolf Steiner a unei lecţii esoterice

Aforismul:

Mai strălucitoare decât Soarele
Mai curată decât zăpada
Mai subtilă decât eterul
Este Sinea,
Spiritul din inima mea.
Această sine sunt eu,
Eu sunt această sine.

Strahlender als die Sonne
Reiner als der Schnee
Feiner als der Äther
Ist das Selbst,
Der Geist in meinem Herzen.
Dies Selbst bin Ich,
Ich bin dies Selbst.

ne înalţă în fiecare dimineaţă spre sinea noastră superioară. Asemenea aforisme n-au fost născocite prin capriciul unei personalităţi ci au fost scoase din lumea spirituală. De aceea ele conţin mai mult decât se crede de obicei. Şi gândeşte despre ele în mod just cel ce presupune că niciodată nu va fi posibil să le sondeze conţinutul până la capăt, ci să descopere tot mai multe aspecte pe măsură ce se adânceşte în ele tot mai mult. De aceea şcoala esoterică poate să dea numai unele indicaţii singulare despre felul în care trebuie căutat conţinutul. Asemenea indicaţii vor fi comunicate în cele ce urmează.

Mai strălucitoare decât soarele

Omul vede obiectele din jurul său doar când acestea sunt luminate de soare. Ceea ce le face vizibile sunt razele de soare reflectate de ele în ochiul privitorului. Dacă nu ar fi lumină, lucrurile nu ar fi vizibile. Dar prin această lumină exterioară devin vizibile numai obiectele lumii fizice. Dacă vrea să vadă fiinţele şi lucrurile sufleteşti şi spirituale, trebuie să-I lumineze omului o lumină "mai strălucitoare decât soarele". Această lumină nu provine de la vreun soare exterior. Ea porneşte de la izvorul de lumină pe care-l aprindem în noi înşine când pornim în căutarea sinei superioare, veşnice din lăuntrul nostru. Această sine superioară e de altă obârşie decât sinea inferioară. Această din urmă percepe ambianţa cotidiană. Dar ceea ce trăieşte în această ambianţă cotidiană a luat naştere odată şi va trece. Cele ce simţim prin intermediul lor nu au, în sine, decât o valoare trecătoare. Şi din asemenea percepţii şi din gândurile apărute în legătură cu ele este construită sinea noastră trecătoare. Toate lucrurile care devin vizibile prin soare, nu au existat cândva în trecut, şi cândva, în viitor, nu vor mai exista. Chiar şi soarele a luat naştere cândva şi într-o bună zi va trece. Dar sufletul există tocmai pentru ca să recunoască veşnicul din lucruri. Cândva, când întregul pământ nu va mai exista, vor continua să existe sufletele care au locuit pe el. Şi ce au trăit aceste suflete pe pământ, vor duce ca amintire înspre alte locuri. E ca şi când un om mi-ar fi făcut un bine. Fapta trece. Dar ceea ce a sădit sufletul meu prin ea, asta rămâne. Iar legătura de iubire care m-a legat de el prin aceasta, nu trece. Ceea ce trăim este mereu izvorul a ceva ce rămâne în noi. Noi înşine scoatem astfel din lucruri ceea ce rămâne şi ducem în eternitate. Iar când oamenii vor fi transplantaţi odată pe o cu totul altă scenă, vor aduce cu ei cea ce au adunat aici. Iar faptele lor din noua lume vor fi ţesute din amintirea celei vechi. Căci nu există sământă care să nu dea fruct. Dacă suntem legaţi de un om prin iubire, această iubire este o sământă al cărei fruct îl trăim în întregul viitor, deoarece cu un asemenea om mergem împreună în întregul viitor. Trăieşte astfel în noi ceva ce e întreţesut cu puterea divină, care leagă toate lucrurile într-o ţesătură cosmică eternă. Acest " ceva " este sinea noastră superioară. Şi *aceasta* e "mai strălucitoare decât soarele". Lumina soarelui îl luminează pe om doar din afară. Soarele meu sufletesc îl luminează din interior. De aceea este mai strălucitor decât soarele.

Mai curată decât zăpada

Orice lucru este în sine curat. Se murdăreşte doar când e unit cu altul cu care nu trebuie să se unească aşa. Apa în sine este curată. Dar şi ceea ce este conţinut în apă ca murdărie ar putea fi curat dacă ar fi în sine, dacă nu s-ar fi fost unit cu apa într-un mod neadecvat. Cărbunele în sine este curat. Devine murdărie numai dacă se uneşte cu apa într-un mod necorespunzător. Acum, dacă apa îşi ia forma proprie în cristalul de zăpadă, se separă de toate cele ce s-au unit cu ea într-un mod neadecvat. Aşa se curăţă sufletul omenesc când se separă de tot ce s-a unit cu el în chip nefiresc. Iar de el ţine ceea ce este divin, nepieritor. Fiecare ideal, fiecare gând la ceva mare şi frumos aparţin formei lăuntrice a sufletului. Şi când se concentrează asupra unor asemenea idealuri, asupra unor asemenea gânduri, atunci se curăţă precum apa când devine cristal de zăpadă. Şi deoarece spiritualul este mai pur decât orice substanţă, se poate spune că "sinea

superioară", adică sufletul care trăieşte în înalturi, este "mai curată decât zăpada ".

Mai subtilă decât eterul

Eterul este cea mai subtilă substanţă. Dar *orice* substanţă este încă densă în raport cu sufletul. Nu *densul* este ce rămâne, ci "subtilul". Piatra, la care gândeşti ca la o substanţă, piere ca substanţă. Însă *gândul* despre piatră, care trăieşte în suflet, rămâne. Dumnezeu a gândit acest gând. Şi, din el a făcut piatra solidă. După cum gheaţa este doar apă solidificată, tot aşa piatra este un gând solidificat al lui Dumnezeu. Toate lucrurile sunt astfel de gânduri solidificate ale lui Dumnezeu. "Sinea superioară" dizolvă însă toate lucrurile, şi în ea trăiesc atunci gândurile divine. Iar dacă sinea e ţesută de asemenea gânduri divine, atunci e "mai subtilă decât eterul".

Spiritul din inima mea

Abia atunci a priceput omul un lucru când l-a cuprins cu inima. Intelectul şi raţiunea sunt doar mijlocitorii pentru înţelegerea cu inima. Prin intelect şi raţiune pătrunzi în gânduri divine. Dar dacă ai astfel gândul, trebuie să înveţi a-l *iubi*. Omul învaţă încetul cu încetul să iubească toate lucrurile. Asta nu înseamnă că inima sa trebuie să se ataşeze fără discernământ de toate câte îi ies în cale. Căci experienţa noastră este mai întâi de toate înşelătoare. Când însă te străduieşti să cauţi într-o fiinţă sau un lucru baza lor divină, începi atunci să le şi iubeşti. Dacă am în faţa mea un om ticălos, nu ticăloşia sa trebuie s-o iubesc. N-aş face decât să mă înşel şi nici pe el nu l-aş ajuta. Dacă mă gândesc la felul în care a ajuns acest om în ticăloşie şi îi stau alături pentru a ieşi din ea, atunci îl ajut, iar eu răzbat la adevăr. Trebuie să caut pretutindeni felul în care pot iubi. Dumnezeu e în toate lucrurile, dar acest dumnezeiesc dintr-un lucru trebuie mai întâi să-l caut. Nu latura exterioară a unei fiinţe sau a unui lucru trebuie s-o iubesc necondiţionat, căci aceasta este înşelătoare şi uşor aş putea ajunge să iubesc eroarea. Dar în spatele oricărei iluzii se află adevărul, iar acesta poate fi totdeauna iubit. Iar când inima caută iubirea adevărului în toate fiinţele, atunci trăieşte "spiritul din inimă". Această iubire e veşmântul pe care sufletul trebuie totdeauna să-l poarte. Atunci el însuşi ţese dumnezeiescul în lucruri.

*

Membrii şcolii trebuie să se folosească de minutele libere ale zilei pentru a lega asemenea gânduri de aforismele înţelepciunii divine, pe care ni le-au dat maeştrii, dintr-o incomensurabilă experienţă de lume. Niciodată să nu creadă că au înţeles complet un asemenea aforism, ci să presupună întotdeauna că în el se află totdeauna mult mai multe decât au găsit ei. Printr-o asemenea atitudine se dobândeşte sentimentul că în orice adevărată înţelepciune stă cheia infinitului, iar printr-un asemenea fel de a gândi te uneşti cu acest infinit.

*

Nu este important să meditezi multe propoziţii, ci să laşi puţinul iarăşi şi iarăşi să trăiască în sufletul adus la linişte.

Nu trebuie să speculezi prea mult în timpul meditaţiei ci să laşi liniştit să acţioneze asupra ta conţinutul propoziţiilor de meditat. Dar în afara meditaţiei, în momentele libere ale zilei, trebuie să revii necontenit la conţinutul propoziţiilor de meditat şi să vezi ce reflecţii poţi extrage din ele. Acestea devin atunci o forţă plină de viaţă care se coboară în suflet făcându-l tare şi puternic. Căci atunci când sufletul se uneşte cu adevărul veşnic, trăieşte el însuşi în veşnicie. Iar când sufletul trăieşte în veşnicie, entităţile superioare au acces la el şi pot coborî în el propria lor forţă.

Note de la lecţia esoterică de la Berlin din Vinerea Mare, 13 aprilie 1906 [Nota 23]

DESPRE UNIREA IMAGINII CU PROTOTIPUL
AUM ŞI GÂNDUL PASCAL

Tot ce este fizic în jurul nostru ia naştere şi trece, numai prototipurile lucrurilor nu se nasc şi pier; ele n-au fost create şi nu pier, sunt veşnice. Pământul fizic ia naştere şi trece, dar prototipul pământului nu ia naştere şi nu trece. Prototipul pământului e veşnic. Iar în prototipul pământului sunt cuprinse toate prototipurile lumii fizice. Precum prototipul pământului, nici ele nu iau naştere şi nu pier: sunt veşnice. După cum pământul are prototipul său veşnic, tot aşa fiecare mineral, fiecare plantă, fiecare animal, fiecare om îl are pe al său, care străluceşte din veşnicie întru frumuseţe şi splendoare. Omul trebuie necontenit să înveţe a se uni cu prototipurile lucrurilor. Către ele trebuie să se ridice. Învaţă să se unească cu ele trăind amintirea. Când discipolul priveşte în retrospectiva de seară asupra zilei care s-a scurs, şi îşi aminteşte scenele zilei, bucuriile şi necazurile trăite, când amintirea face să se perinde din nou prin suflet bucuriile şi necazurile legate de evenimentele zilei, atunci el se pune în legătură cu acea viaţă care rămâne, care continuă să fie prezentă chiar şi fără expresia ei materială. Omul trebuie să-şi evoce prin fantezie evenimentele din viaţa sa şi a celorlalţi, lăsând ca în sufletul său să curgă bucuria şi durerea care însoţeau evenimentele: prin aceasta învaţă să se ridice la entităţile care se încorporează în bucurie şi durere, învaţă să trăiască conştient în lumea sufletească. Suntem statornic înconjuraţi de asemenea entităţi. Atunci înveţi să le percepi.

Dacă încercăm să ne chemăm în amintire evenimente trăite de noi în trecut, este altceva decât dacă evocăm evenimente despre care am citit sau auzit. Deosebirea este că la primele am participat cu sinea noastră. Şi acesta este lucrul important Este bine să exersăm evocarea în amintire a trăirilor din trecutul nostru. O durere, o bucurie pe care le-am simţit cândva, arată în amintire cu totul altfel în prezent decât odinioară. Prin această aducere aminte ne apropiem de adevărata cunoaştere. Vedem lucrurile cum sunt în realitate, dacă izbutim să simţim cu adevărat o durere sau o bucurie pe care nu le avem. Dacă suntem capabili să facem ca în noi să se ridice imagini ale celor pe care acum nu le vedem, ne apropiem, prin aceasta, de Divinitatea creatoare.

Asemenea învăţături le erau date discipolilor în şcolile rozecruciene. Ei trebuiau să aducă din proprie iniţiativă în suflet, fără realitatea lor brutală, bucuria şi tristeţea legate de evenimente anterioare ale vieţii. Dacă laşi să se ridice în suflet, în acest fel bucurie şi tristeţe, trezeşti organele sufleteşti. Celui care nu putea încă singur să le aducă, iniţiaţii, ca să-i trezească organele sufleteşti, îi prezentau imagini dramatice, scene din viaţa omenească, prin care omul învaţă să simtă şi fără realitatea brutală, ceea ce de obicei este legat de evenimentele înseşi. Asta e ceea ce rămâne din evenimente în lume. La asta trebuie omul să înveţe să se avânte.

Omul îşi va aminti de existenţe pământeşti anterioare în măsura în care a învăţat să recunoască veşnicul din lucruri şi aduce el însuşi în lume elemente de veşnicie.

Discipolul yoga face exerciţii de respiraţie. Respiraţia omului obişnuit este neregulată, neritmică. Discipolul yoghin învaţă să-şi ritmeze respiraţia. Respiraţia neritmică este de fapt ucigătoare. Prin suflul pe care-l exală, omul ucide. Îşi aduce moarte sieşi şi altora atâta timp cât respiraţia nu a devenit ritmică şi plină de viaţă, prin exerciţiu yoga. Prin respiraţia ritmică, respiraţia omului devine şi individuală. La sălbatici acţiunile sunt slab individualizate. Cu cât omul urcă mai sus în dezvoltarea sa, cu atât acţiunile sale vor purta o pecete mai individuală. Dar

la toţi oamenii dezvoltaţi, şi respiraţia este la fel; acum omul trebuie să înveţe să-şi individualizeze suflul. Prin aceasta, în procesul respiraţiei, se introduce pe sine tot mai mult în mod caracteristic în lumea înconjurătoare. Cât prelucrează din el în lumea înconjurătoare prin respiraţie, atât supravieţuieşte din el ca veşnic, netrecător, atât va regăsi din sine în toate încarnările ulterioare. Prin procesul respirator ritmic el transformă lumea şi conlucrează astfel la săvârşirea proceselor cosmice. Participă la creaţie pe Pământ.

În timp ce suflul omului obişnuit ucide, suflul omului purificat aduce viaţă lumii înconjurătoare. Aerul din oraşe este mai rău nu numai pentru că este murdărit de tot felul de lucruri fizice, ci şi pentru că-l strică respiraţia neritmică, nepurificată a oamenilor. Aerul din oraşe este plin de substanţe otrăvitoare datorită imoralităţii oamenilor. La ţară aerul e mai curat decât la oraşe. Acolo oamenii mai duc o încă viaţă mai simplă, mai ritmică, într-o linişte mai mare. În timp ce, în oraşe, omul este plin cu gânduri despre tot felul de lucruri care se învălmăşesc în viaţa lui făcând-o neritmică, omul de la ţară se obişnuieşte să-şi adapteze viaţa la cursul ritmic al naturii, al devenirii şi trecerii, la ritmul anotimpurilor. În corelaţie cu natura, el întreprinde în fiecare an, în anumite perioade, anumite munci şi prin aceasta se pune în legătură mult mai strânsă cu marile legi ale lumii decât o face orăşeanul, care nu ţine deloc seama de aceste legi ale lumii. Prin această integrare ritmică în cursul vieţii lumii, cel ce trăieşte la ţară aduce ritmicitatea şi în viaţa sa. Printr-un asemenea ritm, şi aerul pe care-l respiră devine mai ritmic, mai curat şi mai bun.

Plantele răspândesc aer curat. Ele sunt curate, fără pofte, altruiste; de aceea ne simţim aşa de bine în lumea plantelor!; din ea se revarsă viaţă. Dar omul obişnuit aduce moarte ambianţei prin suflul său. Printr-o viaţă curată morală, altruistă, omul trebuie să-şi transforme suflarea într-una pură, plină de viaţă şi s-o ritmizeze prin exerciţii yoga. Apoi trebuie să înveţe să-şi reverse individualitatea în suflu, s-o întipărească asupra lumii: prin aceasta dă viaţă ambianţei. Printr-o educaţie continuă de acest fel yoghinul învaţă să plutească deasupra fizicului, să trăiască pe planul veşniciei. Prin aceasta se ridică până la prototipurile eterne, nepieritoare, ale lucrurilor; care nu se nasc şi nu pier; se uneşte şi cu propriul său prototip. Fizic, omul se naşte şi piere; dar pentru fiecare om există un prototip; acesta este veşnic.

Dacă yoghinul învaţă să se unească cu prototipurile, s-a înălţat în lumea veşnică a spiritului; pluteşte deasupra efemerului. Aceasta este starea despre care se spune că yoghinul se odihneşte între aripile marii păsări, ale lebedei, ale lui AUM!

AUM este trecerea înapoi, de la imagini la prototip, dizolvarea în nepieritor. Dizolvarea în veşnic, unirea cu prototipurile este exprimată în această mantră din Upanişade:

> Yasm jatam jagat sarvam, yasminn eva praliyate
> Yenedam dhriyate caiva, tasmai jnanatmane namah.

E ceea ce poate fi găsit şi în gândul pascal. Este învierea omului din înrobirea lui de cele trecătoare şi materiale, în regiunile veşnice ale prototipurilor. Natura slujeşte ca simbol pentru aceasta. După cum, la Paşti, din pământ încolţeşte pretutindeni viaţă nouă, după ce sământa s-a jertfit şi a putrezit în pământ pentru a da noii vieţi posibilitatea de a lua naştere, tot aşa trebuie să moară toate cele inferioare din om. El trebuie să sacrifice natura inferioară pentru ca să se poată ridica la prototipurile veşnice ale lucrurilor. De aceea şi creştinătatea sărbătoreşte în acest anotimp al trezirii naturii din somnul iernii, moartea şi învierea Mântuitorului.

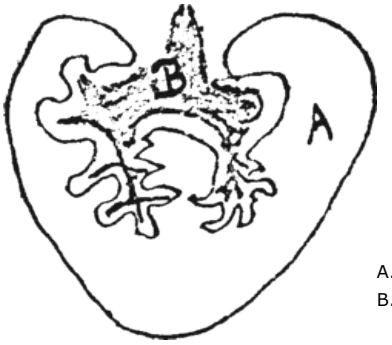
Şi omul trebuie mai întâi să moară pentru ca apoi să trăiască învierea întru spirit. Numai cel ce învinge ataşarea de lucrurile trecătoare poate deveni el însuşi nepieritor ca şi prototipurile veşnice, numai acela se poate odihni între aripile marii păsări Aum. Omul devine atunci un împreună-lucrător la progresul lumii. Participă la transformarea ei în vederea unei existenţe viitoare; din lăuntrul său cel mai profund acţionează atunci magic asupra lumii.

> Sine originară, din care am ieşit,
> Sine originară, care trăieşte în toate lucrurile,
> La Tine, Sine originară, venim înapoi.
>
> Urselbst, von dem wir ausgegangen sind,
> Urselbst, welches in allen Dingen lebt,
> Zu dir, du höheres Selbst, kehren wir zurück.

Note de la lecţia esoterică de la Berlin, din 2 Octombrie 1906 [Nota 24]

DESPRE CONSTITUIREA TRUPULUI SPIRITUAL PRIN MEDITAŢIE

Într-un sens modest trebuie să ne înalţe totuşi faptul că am fost consideraţi vrednici de a lua parte la şcoala esoterică. Nu din întâmplare am ajuns aici. Faptul că am căutat-o, că am fost lăsaţi să intrăm este o dovadă că această năzuinţă trăia în noi de mai multe vieţi. Lumea din afară nu ne mai poate mulţumi, nu ne putem dedica ei. Dacă am fi putut, n-am fi căutat drumul care ducea aici. Lumea de afară reprezintă deplina înflorire a celei de a cincea subrase; alături de această înflorire se arată deja zorii celei de a şasea zile sau celei de a şasea subrase. Aceasta va fi una mult mai spirituală; trupul spiritual va fi mult mai dezvoltat. Ea va fi preînflorirea a ceea ce se va dezvolta pe deplin în a şasea rasă originară. - Noi, cei care suntem în şcoala esoterică, aparţinem acestor zori a celei de-a şasea zi; îl urmăm şi îl slujim pe marele maestru care supraveghează constituirea ei; misiunea noastră este să creăm şi să naştem din noi acest trup spiritual. Trupul nostru fizic nu este eul nostru; nu trebuie să ne identificăm cu el. Aşa cum este acum, cu această soliditate minerală, l-am primit ca un instrument pentru misiunile celei de-a cincea rase originare. Trebuie să-l folosim şi să-l formăm ca pe un instrument; eul nostru trebuie să aibă putere asupra lui. Înainte vreme, eul nostru avea un instrument de alt gen; trupul celei de-a patra rase originare, a celei atlanteene, care nu cunoştea încă separarea dintre soare şi ploaie, care se mişca prin ceaţă unduitoare, era în unele privinţe altfel constituit, dar eul nostru era acelaşi; încă şi mai diferite erau trupurile rasei lemuriene, îndeosebi în stadiile ei iniţiale, care se mişcau plutind în mediul acvatic şi aerian. Acelaşi eu lucra la ele. Trupul nostru fizic s-a născut din macrocosmos. Lumea exterioară l-a format; din trupul nostru fizic trebuie eul nostru să creeze trupul spiritual. Atma se numeşte trupul nostru spiritual. Atma înseamnă suflare. Prin respiraţia reglată în timpul meditaţiei ne construim trupul spiritual. Într-adevăr, cu fiecare respiraţie ne inspirăm sau ne expirăm eul.



A. Organismul fizic, trupul fizic, trupul eteric, trupul astral
B. Manas, Buddhi, Atma (Sinea spirituală…)

Acest desen ne ajută să ne reprezentăm ce se petrece de fapt. Noi formăm trupul spiritual în lăuntrul trupului exterior constituit de zei. Eul se revarsă în el cu fiecare inspiraţie şi iese iarăşi la expiraţie. În timp ce reglăm respiraţia şi ne concentrăm asupra unor diferite puncte ale corpului nostru, ne înzestrăm trupul spiritual cu forţele care sunt necesare construirii lui. Eul însuşi stă în directă legătură cu acel loc din regiunea frontală, situat puţin deasupra rădăcinii nasului, înăuntru; gândirea cu laringele, simţirea cu mâinile, voinţa cu picioarele şi în general cu partea corporală inferioară. Dacă străbatem corpul nostru cu aceste forţe prin respirarea reglată, clădim la trupul nostru spiritual.

În spirit se afla germenele trupului meu (v. pag. 80).

Note de la aceeaşi lecţie luată de la altă mână

Pe parcursul dezvoltării lui lăuntrice, discipolului îi sunt date anumite exerciţii prin care trebuie să cultive omul spiritual din el. Va întreprinde exerciţii respiratorii după indicaţia profesorului său. Aceste exerciţii au menirea să-l conducă spre spiritualizare. Omul are în el un organ care, atunci când inspiră, se umple cu aer, iar când expiră, se goleşte iarăşi de aer.

La inspiraţie, aerul pătrunde în acest organ până în cele mai fine ramificaţii. Acest organ este plămânul. În aer trăieşte spiritul omului. Când inspiră, el îşi absoarbe spiritul, când expiră, îşi exală spiritul. Spiritul omului se dezvoltă tot mai mult. Şi astfel spiritul omului se găseşte alternativ când în om, când în afara lui. Prin inspiraţie şi expiraţie este stimulată creşterea omului spiritual.

Este foarte important ce încredinţează omul spiritului său când expiră. Prin aceste gânduri se construieşte spiritul său. Omul îşi făureşte spiritul prin fiecare gând pe care-l încredinţează suflului său, pe care-l exală. Omul nu a avut dintotdeauna un organ pentru a inspira aerul. Dacă ne întoarcem în timp pe planetele anterioare, pe lună bunăoară, constatăm că acolo trăiau fiinţe care nu inspirau aer, ci foc. Şi după cum azi omul inspiră aer şi expiră dioxid de carbon, acolo fiinţele inspirau foc şi expirau răceală.

Va veni un timp când omul nu va mai inspira şi expira aer. După cum omul îşi pregăteşte singur căldura pe pământ prin organul căldurii, inima cu circulaţia sângelui, tot aşa va avea mai târziu, în interiorul său, un organ care-i va aproviziona organismul cu ceea ce preluăm acum din aer, precum organul căldurii ne aprovizionează acum cu căldură care înainte, pe lună, era absorbită şi inspirată de către fiinţe din lumea înconjurătoare. Oamenii vor putea prelucra ei aerul uzat, în viitor, în lăuntrul lor. Când acest stadiu va fi atins, ei nu vor mai lua aer din mediu, nu vor mai trăi atunci în aer. Într-o fază şi mai îndepărtată, pe Jupiter, oamenii vor trăi în lumină şi vor absorbi lumină, aşa cum absorb acum aer, şi cum pe lună au absorbit căldură.

Va veni odată, şi pe acest Pământ, timpul în care omul nu va mai trăi decât în spiritul său, când nu va mai avea nevoie de corp decât ca instrument; deja de pe acum se croieşte acest timp. Trăim în ziua a cincea a omenirii, în a cincea rasă şi perioadă de dezvoltare a Pământului nostru; dar în lumea spirituală au început deja să se ivească zorile celei de a şasea. Omenirea trăieşte deja în aurora celei de a şasea zile.

Note de la lecţia esoterică de la Berlin, din 14 Noiembrie 1906 [Nota 25]

TREZIREA OMULUI LA CONŞTIENŢA DE SINE

În aceste consideraţii urmează să fie lămurite mai îndeaproape exerciţiile pe care le au de făcut cei aflaţi în învăţarea esoterică. Pentru cel care nu are încă de executat asemenea exerciţii, aceste lămuriri îi vor fi o pregătire în vederea timpului când şi el le va avea de făcut. Marii maeştrii ai înţelepciunii şi ai armonizării sentimentelor ne călăuzesc în lupta noastră interioară pentru cunoaştere. ❙ Un exerciţiu cunoscut multora este acela care constă în a te concentra mai întâi asupra punctului de la rădăcina nasului, între sprâncene, în interiorul capului, apoi asupra punctului din interiorul laringelui, după aceea asupra punctului extins într-o linie care se extinde de la umeri spre braţe şi mâini, şi în sfârşit asupra unui punct şi mai extins, care se întinde asupra întregii suprafeţe corporale. În ştiinţa ocultă se vorbeşte de aceste linii şi suprafeţe tot ca despre puncte. Vrem să învăţăm să înţelegem mai bine acest exerciţiu.

Pentru acestea trebuie să mergem cu gândul mult înapoi şi să ne transpunem în timpul lemurian. Pământul arăta pe atunci cu totul altfel. Ceea ce este astăzi stâncă solidă, curgea ca apă. Nu exista încă aer în sensul actual, pământul era învăluit în aburi fierbinţi. Multe metale care astăzi sunt solide existau pe atunci ca vapori sau curgeau ca apa; atmosfera de aburi era străbătută de curenţi eterici ca azi de curenţi de aer. Pe acest pământ trăia deja omul. Era însă un fel de animal-peşte-pasăre care se deplasa plutind, înotând. Un eveniment important în devenirea omului a fost atunci că şi-a format o piele, prin care s-a despărţit de lumea înconjurătoare şi s-a transformat într-o fiinţă autonomă. Până atunci omul nu fusese despărţit de ambianţă, curenţii întregii lumi treceau prin el; acum însă se închise prin piele. Această închidere era pricinuită de un curent eteric determinat. După un anumit timp se petrecu un alt eveniment important. Omul se ridică şi dădu prin aceasta întregii sale acţiuni şi strădanii o anumită orientare. Înainte, corpul omului fusese orientat ca la animalul de azi. De abia acum putu omul să-şi formeze membrele dinainte, braţele şi mâinile aşa cum sunt azi, adică pentru muncă în adevăratul înţeles. De abia acum începu omul să lucreze de sine stătător, de abia acum îşi putu dezvolta o karmă individuală. Nici un animal nu poate asta. Numai o fiinţă cu mers vertical îşi creează propria karmă. Un al doilea curent eteric e cel care a produs această transformare. ❙ Un al treilea curent eteric avu ca urmare o a treia transformare importantă. Abia acum, când omul dezvoltă un mers vertical, s-au putut forma plămâni cum numai omul are, şi legat de ei, se formă, din delicate substanţe eterice, laringele. Acum se putu dezvolta treptat vorbirea omenească. ❙ Datorită unui al patrulea curent eteric se formă organul dintre sprâncene, la rădăcina nasului, şi abia prin aceasta se trezi omul la conştienţa de sine:

conştienţa de sine, căci înainte poseda doar sentimentul de sine.

Deci dacă îţi îndrepţi atenţia, intens şi energic, mereu numai asupra unuia dintre cele patru puncte, adică asupra rădăcinii nasului, sau asupra laringelui, sau asupra mâinilor şi braţelor, sau asupra întregii suprafeţe corporale, şi uneşti acest exerciţiu cu un anumit cuvânt, foarte precis, care este împărtăşit numai direct, de la învăţător la discipol, intri în legătură cu acel curent eteric, ce a produs prefacerea din corpul omenesc. Educaţia ocultă constă, înainte de toate, în aceea că devenim conştienţi de procesele care lucrează inconştient asupra corpului nostru. Trebuie să intrăm într-o relaţie conştientă cu forţele cosmice.

Când îţi încrucişezi mâinile în aşa fel încât dreapta stă peste stânga şi te concentrezi asupra mâinilor astfel împreunate, aducând în centrul conştienţei un anumit cuvânt, vei remarca în curând, presupunând că exerciţiul este făcut suficient de des, cu maximă energie şi răbdare că ambele mâini tind să se despartă şi că braţele se deschid cu totul de la sine. Este poziţia sfinţilor medievali. Şi acest exerciţiu îşi are importanţa lui determinată. Mereu trec curenţi eterici din cosmos prin corpul uman. Un asemenea curent pătrunde prin cap, trece de acolo în piciorul drept, apoi în mâna stângă, pe urmă în mâna dreaptă, după aceea în piciorul stâng şi de acolo iarăşi în cap. Dacă ne imaginăm omul stând cu braţele desfăcute în poziţia descrisă mai sus, curentul ne apare în forma pentagramei. Ar fi rău pentru om dacă curentul ar intra nu prin cap ci prin picioare. Prin picioare pătrund în corpul omenesc toate influenţele negative. Magicienii negrii se folosesc de aceasta. Dar acest curent circulă prin om nu numai atunci când omul se află în această poziţie specială, ci totdeauna, chiar şi când mâinile sunt împreunate sau un picior este îndoit. Există cinci felurite vibraţii eterice prin corpul omenesc. Una dintre ele circulă şi în substanţa solidă şi de aceea se numeşte deoarece poate străbate şi pământul compact "pământească".

Aceşti cinci curenţi circulă permanent prin om şi-l pun în legătură cu întregul cosmos.

Fiinţa umană este ţesută din spirit; ne-am născut din spirit, am coborât în materie, şi ne întoarcem iarăşi în spirit. Curenţii care erau activi asupra noastră la coborârea în materie, trebuie să ne devină conştienţi. Mergem înapoi pe acelaşi drum pe care am venit, dar conştient. Nu există o altă dezvoltare adevărată. Ceea ce aprindem deja în noi prin aceste exerciţii, omenirea generală va dezvolta abia în a şasea rasă originară. O rasă originară se numeşte în ştiinţa ocultă o zi a creaţiei. Ne aflăm în stadiul pregătirii celei de a şasea zi a creaţiei, suntem în zorii celei de a şasea zi a creaţiei. Coborârea din spirit, viaţa în materie şi reîntoarcerea în spirit, sunt exprimate prin trei litere:

A U M

Note de la lecţia esoterică de la München, din 6 Iunie 1907 [Nota 26]

TEMELIILE UNEI EDUCAŢII ESOTERICE

Trebuie să limpezim mai întâi care sunt de fapt principiile unei educaţii esoterice şi care este de fapt esenţa lor. Şcoala căreia îi aparţinem e organizată în aşa fel, încât în ea sunt diferite cercuri. Toţi cei proaspăt alăturaţi ei sunt "căutătorii". Cei care înaintează mai departe aparţin celor care "exersează". Iar de aceasta se leagă "educaţia" propriu-zisă. În aceste trei cercuri se împarte şcoala noastră. Am intrat cu toţii în şcoala esoterică pentru a ne dezvolta anumite organe lăuntrice care ne fac capabili să trăim noi înşine în lumile superioare. Dar cum pot fi dezvoltate asemenea organe în noi? Toate organele noastre au apărut datorită unei activităţi pe care noi am desfăşurat-o în trecut. Vom ilustra aceasta printr-un exemplu. Era un timp în care noi nu aveam încă ochi. Atunci omul se mişca plutind, înotând într-o mare originară apoasă. Pentru a se putea orienta dispunea de un organ care mai există azi doar ca un rudiment. E aşa zisa glandă pineală. Se află pe creştetul capului, spre interior. La anumite animale poate fi văzută încă dacă se ridică calota craniană. Cu acest organ omul din străvechime putea să perceapă dacă se apropia de un lucru folositor sau dăunător. Înainte de toate era însă un organ pentru perceperea căldurii sau frigului. Când soarele lumina pe atunci de sus pământul, omul nu putea să-l vadă, dar glanda pineală îl trăgea spre acele locuri ale mării unde soarele încălzea apa. Iar această căldură îi dădea o senzaţie de mare beatitudine. Omul zăbovea îndelung în asemenea locuri ale apei şi se deplasa departe pe suprafaţa apei pentru ca să poată rămâne sub razele soarelui. Iar ochii noştri de azi s-au format prin faptul că razele soarelui cădeau direct pe corpul lui. Două lucruri au fost aşadar necesare pentru ca ochii să poată apărea: trebuia, pe de o parte, ca soarele să lumineze de sus, iar pe de altă parte, şi ca oamenii să înoate spre acele locuri încălzite de soare şi să se expună soarelui. Dacă oamenii de odinioară nu ar fi făcut acest lucru ci şi-ar fi zis: nu vreau să dezvolt decât ceea ce se află deja în mine, şi-ar fi dezvoltat mai departe glanda pineală dându-i proporţii tot mai mari, monstruoase, dar nu ar fi dobândit ochi niciodată.

Tot aşa trebuie să ne închipuim şi dezvoltarea ochilor spirituali. Nu trebuie să spunem: lumile superioare se află deja în mine, trebuie doar să le dezvolt. Nici oameni aceia nu puteau dezvolta din ei soarele, ci numai organele cu care să-l poată vedea. Tot aşa şi noi, nu putem dezvolta din noi înşine lumile superioare, ci numai organele prin care putem vedea soarele spiritual, lumile spirituale. Şi niciodată nu ne vom putea dezvolta asemenea organe dacă, pe de o parte, soarele spiritual nu ne va lumina, iar pe de altă parte, dacă nu ne vom grăbi să ne expunem acestui soare pentru ca el să ne poată lumina. Locurile în care străluceşte pentru noi soarele spiritual sunt şcolile esoterice, şi toţi cei care sunt mânaţi spre ele, sunt atinşi de razele lui, dacă se comportă conform îndrumării şcolii.

Fiecare organ care a avut un trecut va avea şi un viitor. Şi glanda pineală va redeveni în viitor un organ important. Iar cei aflaţi în şcolile esoterice lucrează de pe acum la cultivarea ei. Exerciţiile care ni se dau acţionează nu numai asupra trupului astral şi eteric, ci şi asupra glandei pineale. Iar când acţiunea devine foarte energică, ea trece de la glanda pineală în vasele limfatice şi de acolo în sânge. Dar nu numai aceia care fac acum exerciţii oculte vor avea în viitor o glandă pineală dezvoltată, ci toţi oamenii. Iar la oamenii care vor constitui rasa cea rea, ea va fi un organ pentru cele mai negative şi îngrozitoare impulsuri şi va fi atât de mare încât va ocupa cea mai mare parte a corpului. După cum vezi o mulţime de muşte din depărtare ca roi, tot aşa atunci când pe pământ se vor perinda multe corpuri în formă de glandă, pământul însuşi, privit din spaţiul cosmic, va arăta ca o mare glandă. La aceia însă care şi-au cultivat glanda pineală într-un mod just, ea va fi un organ foarte nobil şi împlinit.

Vom cerceta acum mai de aproape exerciţiile ce ne sunt date, şi făcând aceasta să ne amintim că aceste exerciţii fac sufletele noastre receptive pentru razele solare spirituale.

Ca o pregătire pentru exerciţiile oculte propriu-zise slujesc cele şase exerciţii secundare. În cel ce li se dedică just, cu seriozitate şi râvnă, ele produc acea stare sufletească fundamentală, pentru ca exerciţiile oculte să poată da roadele cele bune.

1. *Controlul gândurilor*: zilnic, cel puţin câte cinci minute, fă-ţi timp liber şi reflectează la un gând cât se poate de lipsit de importanţă şi care nu te interesează câtuşi de puţin, legând logic tot ce se poate gândi asupra obiectului. Este important să fie un obiect nesemnificativ, deoarece ceea ce trezeşte calităţile sufleteşti adormite este tocmai constrângerea pe care trebuie să ţi-o impui pentru a-ţi menţine mult timp concentrarea asupra lui. După un anumit timp vei sesiza în suflet un sentiment de soliditate şi siguranţă. Dar nu trebuie să-ţi închipui că acest sentiment năvăleşte impetuos asupra ta. Nu, ceea ce trebuie să sesizezi este, dimpotrivă, un sentiment foarte delicat şi subtil. Cei

care afirmă că nu pot simţi absolut deloc în ei acest sentiment, seamănă foarte adesea cu cei care pornesc să caute un obiect foarte mic şi fin printre multe alte obiecte. Ei caută, ce-i drept, dar numai aşa, la suprafaţă, şi de aceea nu pot găsi micul obiect ci îl trec cu vederea. Trebuie, liniştit, să asculţi în tine; vei percepe atunci acest sentiment care apare mai cu seamă în partea de dinainte a capului. Când l-ai simţit acolo, varsă-l mental în creier şi în măduva spinării. Treptat începi să încerci senzaţia că din partea anterioară a capului pornesc raze până în măduva spinării.

2. *Iniţiativa acţiunii*: Pentru aceasta alege-ţi o acţiune imaginată în tine însuţi. Cine, de pildă, şi-a luat ca exerciţiu zilnic udarea unei flori, aşa cum stă scris în instrucţiuni ca exemplu, acela face ceva cu totul inutil. Căci acţiunea trebuie să pornească din proprie iniţiativă, deci trebuie s-o fi conceput tu însuţi. Atunci se face remarcat la acest exerciţiu un sentiment de: "pot realiza ceva", "sunt capabil de mai multe decât mai înainte", "simt impulsul spre activitate". Acest sentiment se resimte de fapt în întreaga parte superioară a corpului. Încerci apoi să-l faci să curgă spre inimă.

3. *A fi mai presus de bucurie şi suferinţă*: Îţi vine bunăoară odată să plângi. Atunci e momentul să faci acest exerciţiu. Te constrângi cu toată puterea să nu te laşi cuprins de plâns. Acelaşi lucru e valabil şi pentru râs. Străduieşte-te ca atunci când îţi vine să râzi, să nu cedezi râsului ci să rămâi liniştit. Nu înseamnă că nu mai trebuie să râzi, ci trebuie să te poţi stăpâni, să fi stăpân peste râs şi plâns. Şi dacă te-ai învins de câteva ori, încerci curând un sentiment de linişte şi calm. Lasă acest sentiment să curgă prin întregul corp, vărsându-l mai întâi din inimă în braţe şi în mâini, pentru ca prin mâini să iradieze în fapte. Îl laşi apoi să curgă spre picioare şi apoi spre cap. Acest exerciţiu cere o foarte serioasă autoobservare, pe care trebuie s-o efectuezi cel puţin un sfert de oră pe zi.

4. *Pozitivitatea*: În tot ce e rău trebuie să ştii a găsi grăuntele de bun, în tot ce e urât frumosul, şi chiar în fiecare răufăcător scânteia de divinitate. Capeţi atunci sentimentul că parcă te lărgeşti dincolo de pielea ta. Acest sentiment al dilatării este asemănător cu acela pe care îl are trupul eteric după moarte. Când încerci acest sentiment, lasă-l să iradieze prin ochi, urechi şi întreaga piele, mai ales prin ochi.

5. *Obiectivitatea*: Trebuie să rămâi mobil, să fi mereu capabil să asimilezi ceva nou. Dacă cineva ne povesteşte ceva ce ni se pare neverosimil, trebuie totuşi ca în inimă să rămână mereu un colţişor în care să ne spunem: s-ar putea totuşi să aibă dreptate. Ceea ce nu trebuie să ne tocească spiritul critic; putem verifica, desigur, cele aflate. Ne cuprinde atunci un sentiment ca şi cum ceva ar curge din afară în noi. Absorbim acest ceva prin ochi, urechi şi întreaga piele.

6. *Echilibrul*: Cele cinci trăiri anterioare trebuie acum aduse în armonie prin distribuirea echilibrată a atenţiei asupra lor.

Aceste exerciţii nu trebuie făcute neapărat câte o lună fiecare. Trebuia însă indicat un timp. Important, înainte de orice, este să fie executate în ordinea arătată. Cine face exerciţiul al doilea înaintea primului nu are nici un folos. Căci importantă este tocmai ordinea. Unii cred chiar că ar trebui să înceapă cu al şaselea exerciţiu, cu armonizarea. Dar se poate armoniza ceva când nu ai ce? Cel ce nu vrea să facă exerciţiile în ordinea indicată, acela nu are nici un folos de pe urma lor. Ca şi cum, trebuind să faci şase paşi peste o punte, ai vrea să începi cu al şaselea; la fel de absurd este să vrei să începi cu al şaselea exerciţiu.

Apoi cei mai mulţi dintre noi au primit o *meditaţie de dimineaţă*. Trebuie făcută dimineaţa, devreme, la o oră stabilită şi pe care o respecţi cât mai riguros cu putinţă. Te adânceşti la început în cele şapte versuri. La unii dintre noi sună în felul următor:

> În razele curate de lumină
> Străluceşte divinitatea lumii!
> În iubirea pură faţă de toate fiinţele
> Radiază Dumnezeirea sufletului meu.
> Mă odihnesc în divinitatea lumii,
> Mă voi găsi pe mine însumi
> În Divinitatea lumii!

În timpul meditaţiei nu trebuie să speculezi asupra acestor şapte rânduri, ci să trăieşti pe de-a-ntregul în lăuntrul lor. Trebuie să ţi le reprezinţi destul de plastic. Astfel:

> *În razele pure ale luminii*

Te vei simţi scăldat de undele lucitoare ale luminii care străbat din toate părţile şi a căror strălucire ţi-o vei reprezenta cât mai limpede.

> *Străluceşte divinitatea lumii*

îţi închipui că Dumnezeu este cel ce radiază spre tine prin aceste raze; încerci să-L simţi şi să-L absorbi în tine.

> *În iubirea pură faţă de toate fiinţele*
> *Radiază dumnezeirea sufletului meu.*

îţi reprezinţi cum faci ca razele divine pe care le-ai absorbit, să radieze înapoi, spre fericirea tuturor fiinţelor.

Rândurile finale trebuie să trezească reprezentarea şi sentimentul că ai fi cu totul îmbăiat de razele Divinităţii şi că în ele te găseşti pe tine însuţi. Cine vrea să-şi reprezinte aceasta deosebit de plastic, poate să-şi imagineze şi un pom pe care l-a îndrăgit şi la care revine cu plăcere.

După aceste şapte rânduri ni s-a dat un cuvânt sau o propoziţie spre adâncire. Această concentrare pe o propoziţie sau un cuvânt, de pildă "tărie", este foarte importantă. Este un fel de parolă, de cuvânt energic, adecvat cu exactitate structurii sufleteşti a fiecărui ins. Trebuie să laşi acest cuvânt să sune în suflet aşa cum se întâmplă când loveşti un diapazon. Şi aşa cum tragi cu urechea la sunetul tot mai pierdut al diapazonului, tot astfel după cufundarea în cuvânt trebuie să-l laşi să răsune în suflet, să te dăruieşti celor produse în suflet prin acest cuvânt.

În încheiere te cufunzi încă pentru cinci minute în propriul tău ideal divin. Nu discutăm aici despre ce fel de ideal e vorba; este vorba numai de crearea unei juste dispoziţii sufleteşti. E indiferent dacă te gândeşti la învăţător sau la cerul înstelat. Au venit deja atei care credeau că nu au nici un ideal divin. Dar au putut fi îndreptaţi spre cerul înstelat care totuşi smulge fiecăruia un sentiment de veneraţie şi devoţiune.

Cine a început odată să lucreze cu aceste exerciţii, acela trebuie să rămână la ele şi să nu le părăsească atunci când nu-i convine. Trupul astral şi cel eteric se obişnuiesc repede cu aceste exerciţii, şi când nu le capătă se revoltă. O întrerupere sau o încetare deplină a lor este în orice caz periculoasă.

Importantă este şi *retrospectiva de seară*. Ea trebuie făcută de la sfârşit spre început, ca să ne obişnuim cu modul de percepere al planului

astral. În timpul retrospectivei trebuie să-ţi reprezinţi totul cât se poate de plastic. La început, firește, dacă ai avut să zicem optzeci de evenimente şi trăiri, nu poţi să nu le evoci plastic pe toate optzeci în faţa sufletului. De aceea trebuie să procedezi la o selecţie înţeleaptă până ce, în fine, întreaga viaţă a unei zile ajunge să se desfăşoare în faţa ta ca un tablou. Importante sunt iarăşi micile acţiuni nesemnificative căci tocmai sforţarea e aceea care trezeşte forţele sufletului.

Note sumare de la lecţia esoterică de la Berlin, din 9 octombrie 1907 [Nota 23]

ÎNSEMNĂTATEA ANULUI 1879
DISCUTAREA UNEI FORMULE DE MEDITAŢIE

Tot ce este enunţat într-o lecţie esoterică ne este nemijlocit transmis de către învăţători, şi acela care vorbeşte este numai un instrument al intenţiilor lor.

Deosebirea între o lecţie exoterică şi una esoterică constă în aceea că acolo se asimilează o învăţătură, cunoştinţe, aici se *trăieşte* ceva. Învăţătorii vorbesc neîncetat oamenilor, însă numai cei pregătiţi pot să le audă vocea, cei al căror suflet este deschis pentru ca învăţătorii să găsească acces la ei. Munca esoterică este de cea mai mare însemnătate pentru dezvoltarea lumii, dar în acelaşi timp, şi pentru omul care se află în cea mai simplă situaţie socială.

Anul 1879 deschide o epocă de cea mai mare importanţă în dezvoltarea omenirii printr-un eveniment care s-a petrecut pe planul astral; de atunci cultura noastră a luat o altă direcţie.

În 1250 a început un curent spiritual care şi-a atins apogeul în 1459 [Nota 28]: când Christian Rosenkreutz a fost ridicat la rangul de cavaler al crucii cu trandafiri. Începu atunci (1510) epoca numită în ocultism epoca lui *Gabriel*. În 1879 a început epoca lui *Mihaiel*; cea care va urma se numeşte epoca lui *Orifiel*. Mari lupte îi vor răscoli pe oameni; de aceea este pregătit acum un mic grup pentru ca în acea epocă întunecată să facă să strălucească făclia cunoaşterii spirituale. (v. nota 28)

Discutarea formulei de meditaţie: "În razele pure ale luminii". Reprezentarea imaginativă a momentelor alcătuitoare:

În razele pure ale luminii
Străluceşte divinitatea lumii.

Aici divinitatea se revarsă ca lumină argintie şi strălucitoare a lunii peste lumea exterioară: ne simţim ca pătrunşi şi scăldaţi de această lumină.

În iubirea pură faţă de toate fiinţele
Radiază Dumnezeirea sufletului meu.

După identificarea cu lumea înconjurătoare, unde am încercat să recunoaştem Divinitatea, ne cufundăm în propriul nostru interiorior, iar prin iubirea care ne uneşte cu toate fiinţele, găsim relaţia cu Divinitatea şi simţim Dumnezeirea propriului nostru suflet.

Mă odihnesc în Divinitatea lumii.

Cuvântul *odihnă* are o putere magică: acela căruia îi reuşeşte să se concentreze în acest cuvânt şi să-l lase să acţioneze asupra sa, acela simte cum este străbătut cu totul de un sentiment de linişte şi pace. Găsim în interiorul nostru această linişte şi această pace când ne simţim în relaţie cu Dumnezeu: liniştea ne înconjoară, ne pătrunde.

Mă voi găsi pe mine însumi
În Divinitatea lumii.

Şi acum apare în noi reprezentarea ca a unui punct luminos, a unei scântei strălucitoare care ne licăreşte din depărtare şi spre care tindem ▮ şi în care ne vom găsi în sânul Divinităţii.

Note sumare de la lecţia esoterică de la München, din 16 ianuarie 1908 [Nota 29]

DESPRE PROCESUL RESPIRAŢIEI

În ultima noastră lecţie esoterică a fost vorba despre marile legităţi ale vieţii spirituale, aşa cum se relevează ele în decursul evoluţiei umane, despre marile puteri spirituale care guvernează tot ce se petrece pe planul fizic şi care se înlocuiesc reciproc în activitatea lor; astăzi vom vorbi într-un mod ceva mai intim despre legile vieţii spirituale aşa cum se desfăşoară ele chiar în lăuntrul omului.

Cel angrenat într-o educaţie ocultă este, într-un anumit sens, un om care aşteaptă, un căutător. El aşteaptă ca într-o bună zi să i se dezvăluie o nouă lume în afara aceleia pe care a perceput-o în mod obişnuit. El aşteaptă ca într-o bună zi să-şi poată spune: văd o nouă lume; văd ▮ printre toate obiectele şi fiinţele pe care le puteam percepe până acum în spaţiu ▮ o mulţime de entităţi spirituale care înainte îmi erau ascunse. Pentru ca acest lucru să devină cu totul limpede trebuie să evocaţi iarăşi în faţa sufletului cele şapte stări de conştienţă pe care omul le străbate în decursul dezvoltării sale. Prima stare de conştienţă prin care a trecut omul a fost un grad de conştienţă confuz, crepuscular, în care omul se simţea una cu Cosmosul; numim această stare existenţa saturneană. În existenţa solară amploarea conştienţei scăzu, dar deveni în schimb cu atât mai luminoasă. Când, după aceea, omul trecu prin existenţa lunară, conştienţa era asemănătoare celei pe care o trăim ▮ ca ultim rest ▮ în viaţa noastră de vis; era o conştienţă imaginativă, confuză. Aici, pe Pământ, avem conştienţa luminoasă de zi, care va rămâne când omul se va ridica iar la conştienţa imaginativă luminoasă. Mai departe, pe Jupiter, omul se va ridica la două stări încă şi mai înalte de conştienţă: cea inspirată şi cea intuitivă. Astfel conştienţa noastră luminoasă de zi stă la mijloc între conştienţa imaginativă confuză a lunii şi conştienţa imaginativă luminoasă a lui Jupiter. Şi ceea ce aşteaptă discipolul esoteric să i se descopere într-o zi este conştienţa jupiteriană. Fiecăruia dintre noi îi va veni odată această conştienţă, unuia mai devreme, altuia mai târziu, în funcţie de capacităţile sale, de gradul maturizării sale interioare.

Conştienţa jupiteriană există însă deja, incipient, în fiecare om. Într-un mod foarte plăpând, conştienţa viitoare e deja schiţată, numai că

omul nu şi-o poate explica. Într-o mare parte viaţa esoterică constă tocmai din aceea că elevul învaţă să interpreteze în mod just procesele subtile din el şi din ambianţa sa. Nici vechea conştienţă lunară nu a dispărut cu totul, ea supravieţuind prin ultimele rudimente. Cele două stări ale omului de azi, în care într-una e prezentă încă vechea conştienţă lunară şi în cealaltă deja noua conştienţă jupiteriană, sunt sentimentul de ruşine şi cel de frică. În sentimentul ruşinii, când sângele e împins spre periferia corpului, mai trăieşte un ultim rest al conştienţei lunare, iar în sentimentul fricii, când sângele se năpusteşte spre inimă ca să găsească acolo un centru solid de sprijin, se vesteşte conştienţa jupiteriană. Aşa înclină spre cele două părţi conştienţa de zi normală.

Când simţim ruşine în legătură cu ceva şi roşeaţa ruşinii ni se urcă în obraji, trăim ceva ce ne aminteşte de existenţa lunară. Reprezentaţi-vă un om lunar. El nu-şi spunea încă "eu", ci trăia într-o conştienţă imaginativă confuză, crepusculară, cu totul întreţesut în forţele şi entităţile astrale cu care se simţea a fi în unitate şi armonie. Încercaţi să vă închipuiţi, fraţilor şi surorilor, că într-o bună zi licăreşte la un asemenea om lunar deodată sentimentul: sunt un "Eu". Eu sunt diferit de ceilalţi, sunt o fiinţă de sine stătătoare şi toate celelalte fiinţe din jur mă privesc. ❙ Un uriaş sentiment al ruşinii l-ar fi cuprins de sus până jos pe întregul om lunar, ar fi încercat să dispară, să piară de ruşine, dacă ar fi trăit un asemenea sentiment prematur al eului. Aşa parcă am vrea şi noi, fraţii mei şi surorile mele, când ne năpădeşte un sentiment al ruşinii, să dispărem, să intrăm în pământ, să ne dizolvăm eul. Imaginaţi-vă cum era întreţesut vechiul om lunar în armonia cu entităţile şi forţele ambianţei sale. Când se apropia de el o fiinţă vrăjmaşă, nu se gândea, ci ştia instinctiv cum trebuie să se ferească. El acţiona dintr-un sentiment pe care ❙ dacă ar fi fost conştient ❙ l-ar fi putut exprima cam în felul următor: ştiu că legile lumii nu sunt orânduite în aşa fel încât acest animal sălbatic să mă sfâşie acum; ci armonia lumii este aşa încât trebuie să existe mijloace care să mă apere de duşman. ❙ Vechiul om lunar se afla deci nemijlocit în armonie cu forţele cosmosului. Dacă s-ar fi trezit în el un sentiment al eului, această armonie ar fi fost deranjată. Şi într-adevăr, de cum a început să străbată omul pe pământ, sentimentul eului l-a adus într-o tot mai mare disonanţă cu ambianţa. Clarvăzătorul aude cosmosul răsunând într-o impunătoare armonie, şi când compară cu ea sunetele care vin la el de la diferiţi oameni, constată că azi în toţi oamenii domneşte disonanţa; la unul mai mare, la altul mai mică, dar tot disonanţă rămâne. Iar datoria voastră este ca pe parcursul dezvoltării voastre să prefaceţi tot mai mult această disonanţă în armonie. Această disonanţă a apărut prin egoitate, dar ea a fost cu înţelepciune rânduită de către puterile spirituale care stăpânesc şi conduc cosmosul. Dacă oamenii ar fi rămas întotdeauna în armonie, n-ar fi ajuns niciodată la autonomie. Disonanţa a fost instituită pentru ca omul să-şi poată recâştiga armonia în mod liber, prin propria-i forţă. Sentimentul eului conştient de sine trebuia aşadar să se dezvolte mai întâi în contul armoniei interioare. Dacă vine apoi timpul în care începe să licărească conştienţa jupiteriană şi omul reintră în relaţie armonioasă cu forţele cosmosului, el va salva cu sine acest sentiment al eului în noua stare de conştienţă, aşa încât omul va fi atunci un eu de sine stătător şi se va afla totuşi în armonie cu cosmosul.

Am văzut că în sentimentul de frică se anunţă deja noua conştienţă jupiteriană. Dar totdeauna când o stare viitoare începe să apară înainte de timp, este prematură şi nelalocul ei. Printr-un exemplu acest lucru vi se va limpezi. Când o floare, care după soiul ei trebuia să înflorească în august, este făcută să înflorească într-o seră deja în mai, în august, la timpul normal al înfloririi ei nu va mai da nici o floare; forţele ei vor fi epuizate şi nu se va mai potrivi cu condiţiile în care trebuia să intre. Şi chiar în mai, de îndată ce este dusă din seră, va trebui să piară, deoarece nu se potriveşte cu condiţiile naturale ale acestui anotimp. Tot aşa e şi cu sentimentul fricii. Nici el nu e azi la locul lui, şi va fi încă şi mai puţin în viitor. Ce se petrece când apare acest sentiment? Sângele se strânge în centrul omului, în inimă, ca să formeze acolo un centru solid, ca să-l facă pe om tare în faţa lumii din afară. Forţa cea mai dinlăuntru a eului este cea care provoacă aceasta. Această forţă a eului, care acţionează asupra sângelui trebuie să devină tot mai conştientă şi mai puternică, iar pe Jupiter omul va putea să-şi conducă cu totul conştient sângele spre centru şi să se facă mai puternic. Ceea ce e însă azi nefiresc şi nociv e sentimentul fricii, legat de această circulaţie a sângelui. În viitor el trebuie să nu mai existe; vor trebui să acţioneze doar forţele eului, fără frică.

În decursul dezvoltării umane lumea exterioară ne înconjoară într-un mod tot mai ostil. Tot mai mult trebuie să învăţaţi a opune forţa voastră interioară lumii năvălitoare din afară. Dar frica trebuie să dispară. Şi în mod deosebit celui angajat în disciplina esoterică îi este necesar, absolut necesar, să se elibereze de toate sentimentele de teamă şi frică. Teama are o îndreptăţire autentică numai acolo unde ne face atenţi că trebuie să devenim puternici, dar toate sentimentele nefireşti de teamă, care-l torturează pe om, trebuie să dispară cu desăvârşire. Ce s-ar întâmpla dacă omul ar continua să aibă sentimente de teamă când apare conştienţa jupiteriană? Acolo lumea exterioară se va opune omului într-un mod mult mai ostil şi mai înfricoşător decât azi. Un om care nu se dezobişnuieşte aici de teamă, va cădea acolo dintr-o spaimă cumplită în alta.

De pe acum se pregăteşte această stare în lumea exterioară. Şi ea i se va arăta omului şi mai limpede în acel groaznic timp care se va năpusti peste noi sub conducerea lui Orifiel, despre care v-am vorbit ultima oară. Atunci omul trebuie să fi învăţat să se ţină tare! Cultura noastră de azi creează ea însăşi acei monştri înspăimântători care-l vor ameninţa pe omul de pe Jupiter. Priviţi uriaşele maşini pe care tehnica omenească le construieşte cu atâta ingeniozitate! În ele omul îşi construieşte demonii care în viitor se vor dezlănţui asupra lui. Tot ceea ce omul îşi construieşte azi ca aparate şi maşini, în viitor va căpăta viaţă şi se va opune omului cu vrăjmăşie într-un mod îngrozitor. Tot ce a fost creat numai din principiul utilitarist, din egoismul individual sau colectiv, va fi în viitor duşmanul omului. Ne interesăm astăzi mult prea mult de folosul celor ce le facem. Dacă vrem să promovăm cu adevărat dezvoltarea nu trebuie să ne preocupe utilitatea ci îndeosebi nobleţea şi frumuseţea lucrurilor. Acţiunile noastre să nu pornească numai din principiul utilitarist, ci din bucuria pură pentru frumos. Tot ceea ce creează astăzi omul ca să-şi satisfacă necesitatea artistică, din iubirea curată pentru frumos, se va însufleţi, deasemenea, în viitor şi va contribui la dezvoltarea superioară a omului. Este teribil însă să trebuiască astăzi să vezi cum mii de oameni sunt îndemnaţi, din fragedă copilărie, să nu cunoască nici o altă activitate în afara aceleia pe care o duc de dragul folosului material, şi să fie rupţi toată viaţa de ce este frumos şi artistic. Şi cele mai sărace şcoli elementare ar trebui să atârne pe pereţi cele mai splendide opere de artă ❙ asta ar aduce o nesfârşită binecuvântare în dezvoltarea umană. Omul îşi construieşte singur viitorul. Poţi să-ţi faci o idee despre cum va fi pe Jupiter dacă înţelegi că astăzi nu există nimic absolut bun şi nimic absolut rău. În fiecare om binele şi răul este astăzi amestecat. Cel bun trebuie doar să-şi spună că are ceva mai mult bine în el decât cel rău, dar că nu este pe deplin bun. Pe Jupiter însă binele şi răul nu vor mai fi amestecate, ci oamenii se vor împărţi în oameni pe deplin buni şi pe deplin răi. Şi tot ce cultivăm azi ca frumos şi nobil slujeşte la întărirea binelui pe Jupiter, iar tot ceea ce se face din punctul de vedre al egoismului şi utilitarismului, consolidează răul.

Pentru ca omul să fie cu totul fortificat în faţa puterilor rele ale viitorului, trebuie să intre în posesia forţei celei mai lăuntrice a eului său, trebuie să-şi poată regla conştient sângele în aşa fel încât acesta să-l facă puternic în faţa vrăşmaşului, dar fără nici o teamă. Forţa care poartă sângele în interior trebuie s-o aibă în stăpânirea sa. Dar nici cealaltă facultate, aceea de a împinge sângele de la inimă spre periferie, nu trebuie să se piardă pentru el. Căci starea jupiteriană va însemna, într-un fel, şi o întoarcere la vechea conştienţă lunară. Omul va intra iarăşi în armonie cu marile legi ale lumii şi se va simţi una cu ele. Va redobândi capacitatea să se unească cu marile puteri spirituale ale lumii, dar nu ca pe lună, inconştient şi crepuscular; pe Jupiter îşi va păstra mereu conştienţa luminoasă de zi şi sentimentul conştient de sine al eului şi totuşi va trăi în armonie cu forţele şi legile lumii. Disonanţa va fi prefăcută atunci în armonie. Iar ca să se poată vărsa în armonia universului, trebuie să poată face în mod conştient ca cea mai intimă forţă a Eului său să radieze din inimă spre afară. Aşadar trebuie să poată centraliza în mod conştient forţele interioare ale sângelui, când îi apare în cale un duşman, şi trebuie să le poată şi iradia conştient. Numai atunci va fi ajuns să corespundă condiţiilor viitoare.

Cel care tinde spre o dezvoltare interioară trebuie să înceapă încă de azi să intre, treptat, din ce în ce mai mult, în posesia acestor forţe. O face prin aceea că învaţă să inspire şi să expire conştient. Când omul inspiră suflul, intră în activitate forţele eului care îl pun în relaţie cu forţele cosmosului, adică acele forţe care iradiază din inimă spre afară. Iar când omul dă afară suflul şi se abţine să respire, intră în activitate acele forţe ale eului care pătrund spre centru, spre inimă şi îi creează acolo un centru stabil. Aşa învaţă discipolul încă de azi, dacă îşi face conştient exerciţiile de respiraţie în acest fel, să devină treptat stăpân pe forţele Eului său. Să nu creadă însă nimeni că-i este îngăduit să întreprindă independent astfel de exerciţii înainte de a fi căpătat indicaţii în privinţa aceasta. Fiecare le va primi la timp. Dar chiar şi pentru cel care nu face încă asemenea exerciţii, nu este niciodată prematur să se familiarizeze cu sensul acestor exerciţii şi să dobândească înţelegere pentru aceste lucruri. Cu atât mai rodnice vor fi ele mai târziu. Aşa trebuie, fraţilor şi surorilor, să căpătaţi tot mai multă înţelegere şi pentru procesele subtile care se petrec în voi şi în întreaga lume, integrându-vă treptat în perioadele viitoare ale dezvoltării umane.

Din expunerea făcută pe aceeaşi temă în 26 Ianuarie 1908 la Berlin au fost reţinute următoarele: [Nota 30]

Când inspirăm adânc şi reţinem suflarea, recapitulăm o parte a stării lunare. Când lăsăm însă suflul afară, avem în aceasta o parte a stării jupiteriene. De acestea depinde dacă discipolul ocult primeşte fie exerciţii în care trebuie să păstreze suflul înlăuntru, deoarece el are de trecut într-o anumită măsură prin starea lunară, fie exerciţii în care trebuie să lase suflul afară deoarece, în felul acesta, poate atinge starea jupiteriană. Fiecare trebuie să aibă un regim individual.

Ştim că curentul omenirii se împarte de pe acum în două părţi: una care trece în bine, în ceea ce este moral, şi alta care se termină prin ceva îngrozitor, prin rău. Aceste stări se pregătesc încă de pe acum, germenii există deja. Astfel, tot ce există astăzi în lume ca maşini, instrumente şi sunt puse în mişcare, vor deveni pe Jupiter demoni cumpliţi, înspăimântători. Tot ceea ce slujeşte doar principiului utilitar va căpăta anvergura unor asemenea puteri înfricoşătoare. Acest proces poate fi paralizat dacă facem ca aceste aparate utilitare, pe lângă folosul pe care îl aduc, să vestească, înainte de toate, frumosul, divinul. E foarte bine să ştim acest lucru. Altminteri asemenea forţe ar sfâşia cândva Pământul. Vedem de asemenea cât de important este ca în educaţia copilului să-l înconjurăm pe acesta cu impresii artistice. Arta te face liber. Şi locomotiva trebuie transformată cândva într-o maşină care să fie frumoasă. Sentimentele noastre de teamă, de frică sunt hrană pentru alte entităţi rele. Nu trebuie să lăsăm să apară asemenea gânduri. Căci pe Jupiter astfel de demoni ne vor împresura în număr mult mai mare decât acum. Dar n-are a se teme în privinţa aceasta cel care-şi păstrează, ca om înţelept, învelişul curat, în aşa fel încât muştele să nu se poată aduna în jurul murdăriei.

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

IV
LĂMURIRI ÎN LECŢIILE ESOTERICE

Lecţie esoterică de la Berlin, din 24 Octombrie 1905 [Nota 22]

Unica redactare de către Rudolf Steiner a unei lecţii esoterice

Aforismul:

Mai strălucitoare decât Soarele
Mai curată decât zăpada
Mai subtilă decât eterul
Este Sinea,
Spiritul din inima mea.
Această sine sunt eu,
Eu sunt această sine.

Strahlender als die Sonne
Reiner als der Schnee
Feiner als der Äther
Ist das Selbst,
Der Geist in meinem Herzen.
Dies Selbst bin Ich,
Ich bin dies Selbst.

ne înalţă în fiecare dimineaţă spre sinea noastră superioară. Asemenea aforisme n-au fost născocite prin capriciul unei personalităţi ci au fost scoase din lumea spirituală. De aceea ele conţin mai mult decât se crede de obicei. Şi gândeşte despre ele în mod just cel ce presupune că niciodată nu va fi posibil să le sondeze conţinutul până la capăt, ci să descopere tot mai multe aspecte pe măsură ce se adânceşte în ele tot mai mult. De aceea şcoala esoterică poate să dea numai unele indicaţii singulare despre felul în care trebuie căutat conţinutul. Asemenea indicaţii vor fi comunicate în cele ce urmează.

Mai strălucitoare decât soarele

Omul vede obiectele din jurul său doar când acestea sunt luminate de soare. Ceea ce le face vizibile sunt razele de soare reflectate de ele în ochiul privitorului. Dacă nu ar fi lumină, lucrurile nu ar fi vizibile. Dar prin această lumină exterioară devin vizibile numai obiectele lumii fizice. Dacă vrea să vadă fiinţele şi lucrurile sufleteşti şi spirituale, trebuie să-I lumineze omului o lumină "mai strălucitoare decât soarele". Această lumină nu provine de la vreun soare exterior. Ea porneşte de la izvorul de lumină pe care-l aprindem în noi înşine când pornim în căutarea sinei superioare, veşnice din lăuntrul nostru. Această sine superioară e de altă obârşie decât sinea inferioară. Această din urmă percepe ambianţa cotidiană. Dar ceea ce trăieşte în această ambianţă cotidiană a luat naştere odată şi va trece. Cele ce simţim prin intermediul lor nu au, în sine, decât o valoare trecătoare. Şi din asemenea percepţii şi din gândurile apărute în legătură cu ele este construită sinea noastră trecătoare. Toate lucrurile care devin vizibile prin soare, nu au existat cândva în trecut, şi cândva, în viitor, nu vor mai exista. Chiar şi soarele a luat naştere cândva şi într-o bună zi va trece. Dar sufletul există tocmai pentru ca să recunoască veşnicul din lucruri. Cândva, când întregul pământ nu va mai exista, vor continua să existe sufletele care au locuit pe el. Şi ce au trăit aceste suflete pe pământ, vor duce ca amintire înspre alte locuri. E ca şi când un om mi-ar fi făcut un bine. Fapta trece. Dar ceea ce a sădit sufletul meu prin ea, asta rămâne. Iar legătura de iubire care m-a legat de el prin aceasta, nu trece. Ceea ce trăim este mereu izvorul a ceva ce rămâne în noi. Noi înşine scoatem astfel din lucruri ceea ce rămâne şi ducem în eternitate. Iar când oamenii vor fi transplantaţi odată pe o cu totul altă scenă, vor aduce cu ei cea ce au adunat aici. Iar faptele lor din noua lume vor fi ţesute din amintirea celei vechi. Căci nu există sământă care să nu dea fruct. Dacă suntem legaţi de un om prin iubire, această iubire este o sământă al cărei fruct îl trăim în întregul viitor, deoarece cu un asemenea om mergem împreună în întregul viitor. Trăieşte astfel în noi ceva ce e întreţesut cu puterea divină, care leagă toate lucrurile într-o ţesătură cosmică eternă. Acest " ceva " este sinea noastră superioară. Şi *aceasta* e "mai strălucitoare decât soarele". Lumina soarelui îl luminează pe om doar din afară. Soarele meu sufletesc îl luminează din interior. De aceea este mai strălucitor decât soarele.

Mai curată decât zăpada

Orice lucru este în sine curat. Se murdăreşte doar când e unit cu altul cu care nu trebuie să se unească aşa. Apa în sine este curată. Dar şi ceea ce este conţinut în apă ca murdărie ar putea fi curat dacă ar fi în sine, dacă nu s-ar fi fost unit cu apa într-un mod neadecvat. Cărbunele în sine este curat. Devine murdărie numai dacă se uneşte cu apa într-un mod necorespunzător. Acum, dacă apa îşi ia forma proprie în cristalul de zăpadă, se separă de toate cele ce s-au unit cu ea într-un mod neadecvat. Aşa se curăţă sufletul omenesc când se separă de tot ce s-a unit cu el în chip nefiresc. Iar de el ţine ceea ce este divin, nepieritor. Fiecare ideal, fiecare gând la ceva mare şi frumos aparţin formei lăuntrice a sufletului. Şi când se concentrează asupra unor asemenea idealuri, asupra unor asemenea gânduri, atunci se curăţă precum apa când devine cristal de zăpadă. Şi deoarece spiritualul este mai pur decât orice substanţă, se poate spune că "sinea

superioară", adică sufletul care trăieşte în înalturi, este "mai curată decât zăpada ".

Mai subtilă decât eterul

Eterul este cea mai subtilă substanţă. Dar *orice* substanţă este încă densă în raport cu sufletul. Nu *densul* este ce rămâne, ci "subtilul". Piatra, la care gândeşti ca la o substanţă, piere ca substanţă. Însă *gândul* despre piatră, care trăieşte în suflet, rămâne. Dumnezeu a gândit acest gând. Şi, din el a făcut piatra solidă. După cum gheaţa este doar apă solidificată, tot aşa piatra este un gând solidificat al lui Dumnezeu. Toate lucrurile sunt astfel de gânduri solidificate ale lui Dumnezeu. "Sinea superioară" dizolvă însă toate lucrurile, şi în ea trăiesc atunci gândurile divine. Iar dacă sinea e ţesută de asemenea gânduri divine, atunci e "mai subtilă decât eterul".

Spiritul din inima mea

Abia atunci a priceput omul un lucru când l-a cuprins cu inima. Intelectul şi raţiunea sunt doar mijlocitorii pentru înţelegerea cu inima. Prin intelect şi raţiune pătrunzi în gânduri divine. Dar dacă ai astfel gândul, trebuie să înveţi a-l *iubi*. Omul învaţă încetul cu încetul să iubească toate lucrurile. Asta nu înseamnă că inima sa trebuie să se ataşeze fără discernământ de toate câte îi ies în cale. Căci experienţa noastră este mai întâi de toate înşelătoare. Când însă te străduieşti să cauţi într-o fiinţă sau un lucru baza lor divină, începi atunci să le şi iubeşti. Dacă am în faţa mea un om ticălos, nu ticăloşia sa trebuie s-o iubesc. N-aş face decât să mă înşel şi nici pe el nu l-aş ajuta. Dacă mă gândesc la felul în care a ajuns acest om în ticăloşie şi îi stau alături pentru a ieşi din ea, atunci îl ajut, iar eu răzbat la adevăr. Trebuie să caut pretutindeni felul în care pot iubi. Dumnezeu e în toate lucrurile, dar acest dumnezeiesc dintr-un lucru trebuie mai întâi să-l caut. Nu latura exterioară a unei fiinţe sau a unui lucru trebuie s-o iubesc necondiţionat, căci aceasta este înşelătoare şi uşor aş putea ajunge să iubesc eroarea. Dar în spatele oricărei iluzii se află adevărul, iar acesta poate fi totdeauna iubit. Iar când inima caută iubirea adevărului în toate fiinţele, atunci trăieşte "spiritul din inimă". Această iubire e veşmântul pe care sufletul trebuie totdeauna să-l poarte. Atunci el însuşi ţese dumnezeiescul în lucruri.

*

Membrii şcolii trebuie să se folosească de minutele libere ale zilei pentru a lega asemenea gânduri de aforismele înţelepciunii divine, pe care ni le-au dat maeştrii, dintr-o incomensurabilă experienţă de lume. Niciodată să nu creadă că au înţeles complet un asemenea aforism, ci să presupună întotdeauna că în el se află totdeauna mult mai multe decât au găsit ei. Printr-o asemenea atitudine se dobândeşte sentimentul că în orice adevărată înţelepciune stă cheia infinitului, iar printr-un asemenea fel de a gândi te uneşti cu acest infinit.

*

Nu este important să meditezi multe propoziţii, ci să laşi puţinul iarăşi şi iarăşi să trăiască în sufletul adus la linişte.

Nu trebuie să speculezi prea mult în timpul meditaţiei ci să laşi liniştit să acţioneze asupra ta conţinutul propoziţiilor de meditat. Dar în afara meditaţiei, în momentele libere ale zilei, trebuie să revii necontenit la conţinutul propoziţiilor de meditat şi să vezi ce reflecţii poţi extrage din ele. Acestea devin atunci o forţă plină de viaţă care se coboară în suflet făcându-l tare şi puternic. Căci atunci când sufletul se uneşte cu adevărul veşnic, trăieşte el însuşi în veşnicie. Iar când sufletul trăieşte în veşnicie, entităţile superioare au acces la el şi pot coborî în el propria lor forţă.

Note de la lecţia esoterică de la Berlin din Vinerea Mare, 13 aprilie 1906 [Nota 23]

DESPRE UNIREA IMAGINII CU PROTOTIPUL
AUM ŞI GÂNDUL PASCAL

Tot ce este fizic în jurul nostru ia naştere şi trece, numai prototipurile lucrurilor nu se nasc şi pier; ele n-au fost create şi nu pier, sunt veşnice. Pământul fizic ia naştere şi trece, dar prototipul pământului nu ia naştere şi nu trece. Prototipul pământului e veşnic. Iar în prototipul pământului sunt cuprinse toate prototipurile lumii fizice. Precum prototipul pământului, nici ele nu iau naştere şi nu pier: sunt veşnice. După cum pământul are prototipul său veşnic, tot aşa fiecare mineral, fiecare plantă, fiecare animal, fiecare om îl are pe al său, care străluceşte din veşnicie întru frumuseţe şi splendoare. Omul trebuie necontenit să înveţe a se uni cu prototipurile lucrurilor. Către ele trebuie să se ridice. Învaţă să se unească cu ele trăind amintirea. Când discipolul priveşte în retrospectiva de seară asupra zilei care s-a scurs, şi îşi aminteşte scenele zilei, bucuriile şi necazurile trăite, când amintirea face să se perinde din nou prin suflet bucuriile şi necazurile legate de evenimentele zilei, atunci el se pune în legătură cu acea viaţă care rămâne, care continuă să fie prezentă chiar şi fără expresia ei materială. Omul trebuie să-şi evoce prin fantezie evenimentele din viaţa sa şi a celorlalţi, lăsând ca în sufletul său să curgă bucuria şi durerea care însoţeau evenimentele: prin aceasta învaţă să se ridice la entităţile care se încorporează în bucurie şi durere, învaţă să trăiască conştient în lumea sufletească. Suntem statornic înconjuraţi de asemenea entităţi. Atunci înveţi să le percepi.

Dacă încercăm să ne chemăm în amintire evenimente trăite de noi în trecut, este altceva decât dacă evocăm evenimente despre care am citit sau auzit. Deosebirea este că la primele am participat cu sinea noastră. Şi acesta este lucrul important Este bine să exersăm evocarea în amintire a trăirilor din trecutul nostru. O durere, o bucurie pe care le-am simţit cândva, arată în amintire cu totul altfel în prezent decât odinioară. Prin această aducere aminte ne apropiem de adevărata cunoaştere. Vedem lucrurile cum sunt în realitate, dacă izbutim să simţim cu adevărat o durere sau o bucurie pe care nu le avem. Dacă suntem capabili să facem ca în noi să se ridice imagini ale celor pe care acum nu le vedem, ne apropiem, prin aceasta, de Divinitatea creatoare.

Asemenea învăţături le erau date discipolilor în şcolile rozecruciene. Ei trebuiau să aducă din proprie iniţiativă în suflet, fără realitatea lor brutală, bucuria şi tristeţea legate de evenimente anterioare ale vieţii. Dacă laşi să se ridice în suflet, în acest fel bucurie şi tristeţe, trezeşti organele sufleteşti. Celui care nu putea încă singur să le aducă, iniţiaţii, ca să-i trezească organele sufleteşti, îi prezentau imagini dramatice, scene din viaţa omenească, prin care omul învaţă să simtă şi fără realitatea brutală, ceea ce de obicei este legat de evenimentele înseşi. Asta e ceea ce rămâne din evenimente în lume. La asta trebuie omul să înveţe să se avânte.

Omul îşi va aminti de existenţe pământeşti anterioare în măsura în care a învăţat să recunoască veşnicul din lucruri şi aduce el însuşi în lume elemente de veşnicie.

Discipolul yoga face exerciţii de respiraţie. Respiraţia omului obişnuit este neregulată, neritmică. Discipolul yoghin învaţă să-şi ritmeze respiraţia. Respiraţia neritmică este de fapt ucigătoare. Prin suflul pe care-l exală, omul ucide. Îşi aduce moarte sieşi şi altora atâta timp cât respiraţia nu a devenit ritmică şi plină de viaţă, prin exerciţiu yoga. Prin respiraţia ritmică, respiraţia omului devine şi individuală. La sălbatici acţiunile sunt slab individualizate. Cu cât omul urcă mai sus în dezvoltarea sa, cu atât acţiunile sale vor purta o pecete mai individuală. Dar

la toţi oamenii dezvoltaţi, şi respiraţia este la fel; acum omul trebuie să înveţe să-şi individualizeze suflul. Prin aceasta, în procesul respiraţiei, se introduce pe sine tot mai mult în mod caracteristic în lumea înconjurătoare. Cât prelucrează din el în lumea înconjurătoare prin respiraţie, atât supravieţuieşte din el ca veşnic, netrecător, atât va regăsi din sine în toate încarnările ulterioare. Prin procesul respirator ritmic el transformă lumea şi conlucrează astfel la săvârşirea proceselor cosmice. Participă la creaţie pe Pământ.

În timp ce suflul omului obişnuit ucide, suflul omului purificat aduce viaţă lumii înconjurătoare. Aerul din oraşe este mai rău nu numai pentru că este murdărit de tot felul de lucruri fizice, ci şi pentru că-l strică respiraţia neritmică, nepurificată a oamenilor. Aerul din oraşe este plin de substanţe otrăvitoare datorită imoralităţii oamenilor. La ţară aerul e mai curat decât la oraşe. Acolo oamenii mai duc o încă viaţă mai simplă, mai ritmică, într-o linişte mai mare. În timp ce, în oraşe, omul este plin cu gânduri despre tot felul de lucruri care se învălmăşesc în viaţa lui făcând-o neritmică, omul de la ţară se obişnuieşte să-şi adapteze viaţa la cursul ritmic al naturii, al devenirii şi trecerii, la ritmul anotimpurilor. În corelaţie cu natura, el întreprinde în fiecare an, în anumite perioade, anumite munci şi prin aceasta se pune în legătură mult mai strânsă cu marile legi ale lumii decât o face orăşeanul, care nu ţine deloc seama de aceste legi ale lumii. Prin această integrare ritmică în cursul vieţii lumii, cel ce trăieşte la ţară aduce ritmicitatea şi în viaţa sa. Printr-un asemenea ritm, şi aerul pe care-l respiră devine mai ritmic, mai curat şi mai bun.

Plantele răspândesc aer curat. Ele sunt curate, fără pofte, altruiste; de aceea ne simţim aşa de bine în lumea plantelor!; din ea se revarsă viaţă. Dar omul obişnuit aduce moarte ambianţei prin suflul său. Printr-o viaţă curată morală, altruistă, omul trebuie să-şi transforme suflarea într-una pură, plină de viaţă şi s-o ritmizeze prin exerciţii yoga. Apoi trebuie să înveţe să-şi reverse individualitatea în suflu, s-o întipărească asupra lumii: prin aceasta dă viaţă ambianţei. Printr-o educaţie continuă de acest fel yoghinul învaţă să plutească deasupra fizicului, să trăiască pe planul veşniciei. Prin aceasta se ridică până la prototipurile eterne, nepieritoare, ale lucrurilor; care nu se nasc şi nu pier; se uneşte şi cu propriul său prototip. Fizic, omul se naşte şi piere; dar pentru fiecare om există un prototip; acesta este veşnic.

Dacă yoghinul învaţă să se unească cu prototipurile, s-a înălţat în lumea veşnică a spiritului; pluteşte deasupra efemerului. Aceasta este starea despre care se spune că yoghinul se odihneşte între aripile marii păsări, ale lebedei, ale lui AUM!

AUM este trecerea înapoi, de la imagini la prototip, dizolvarea în nepieritor. Dizolvarea în veşnic, unirea cu prototipurile este exprimată în această mantră din Upanişade:

> Yasm jatam jagat sarvam, yasminn eva praliyate
> Yenedam dhriyate caiva, tasmai jnanatmane namah.

E ceea ce poate fi găsit şi în gândul pascal. Este învierea omului din înrobirea lui de cele trecătoare şi materiale, în regiunile veşnice ale prototipurilor. Natura slujeşte ca simbol pentru aceasta. După cum, la Paşti, din pământ încolţeşte pretutindeni viaţă nouă, după ce sământa s-a jertfit şi a putrezit în pământ pentru a da noii vieţi posibilitatea de a lua naştere, tot aşa trebuie să moară toate cele inferioare din om. El trebuie să sacrifice natura inferioară pentru ca să se poată ridica la prototipurile veşnice ale lucrurilor. De aceea şi creştinătatea sărbătoreşte în acest anotimp al trezirii naturii din somnul iernii, moartea şi învierea Mântuitorului.

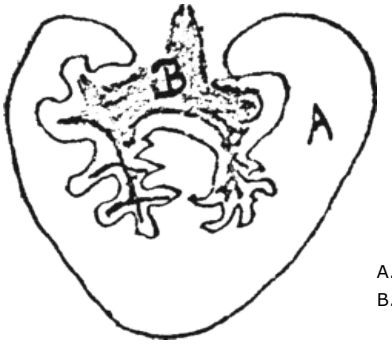
Şi omul trebuie mai întâi să moară pentru ca apoi să trăiască învierea întru spirit. Numai cel ce învinge ataşarea de lucrurile trecătoare poate deveni el însuşi nepieritor ca şi prototipurile veşnice, numai acela se poate odihni între aripile marii păsări Aum. Omul devine atunci un împreună-lucrător la progresul lumii. Participă la transformarea ei în vederea unei existenţe viitoare; din lăuntrul său cel mai profund acţionează atunci magic asupra lumii.

> Sine originară, din care am ieşit,
> Sine originară, care trăieşte în toate lucrurile,
> La Tine, Sine originară, venim înapoi.
>
> Urselbst, von dem wir ausgegangen sind,
> Urselbst, welches in allen Dingen lebt,
> Zu dir, du höheres Selbst, kehren wir zurück.

Note de la lecţia esoterică de la Berlin, din 2 Octombrie 1906 [Nota 24]

DESPRE CONSTITUIREA TRUPULUI SPIRITUAL PRIN MEDITAŢIE

Într-un sens modest trebuie să ne înalţe totuşi faptul că am fost consideraţi vrednici de a lua parte la şcoala esoterică. Nu din întâmplare am ajuns aici. Faptul că am căutat-o, că am fost lăsaţi să intrăm este o dovadă că această năzuinţă trăia în noi de mai multe vieţi. Lumea din afară nu ne mai poate mulţumi, nu ne putem dedica ei. Dacă am fi putut, n-am fi căutat drumul care ducea aici. Lumea de afară reprezintă deplina înflorire a celei de a cincea subrase; alături de această înflorire se arată deja zorii celei de a şasea zile sau celei de a şasea subrase. Aceasta va fi una mult mai spirituală; trupul spiritual va fi mult mai dezvoltat. Ea va fi preînflorirea a ceea ce se va dezvolta pe deplin în a şasea rasă originară. - Noi, cei care suntem în şcoala esoterică, aparţinem acestor zori a celei de-a şasea zi; îl urmăm şi îl slujim pe marele maestru care supraveghează constituirea ei; misiunea noastră este să creăm şi să naştem din noi acest trup spiritual. Trupul nostru fizic nu este eul nostru; nu trebuie să ne identificăm cu el. Aşa cum este acum, cu această soliditate minerală, l-am primit ca un instrument pentru misiunile celei de-a cincea rase originare. Trebuie să-l folosim şi să-l formăm ca pe un instrument; eul nostru trebuie să aibă putere asupra lui. Înainte vreme, eul nostru avea un instrument de alt gen; trupul celei de-a patra rase originare, a celei atlanteene, care nu cunoştea încă separarea dintre soare şi ploaie, care se mişca prin ceaţă unduitoare, era în unele privinţe altfel constituit, dar eul nostru era acelaşi; încă şi mai diferite erau trupurile rasei lemuriene, îndeosebi în stadiile ei iniţiale, care se mişcau plutind în mediul acvatic şi aerian. Acelaşi eu lucra la ele. Trupul nostru fizic s-a născut din macrocosmos. Lumea exterioară l-a format; din trupul nostru fizic trebuie eul nostru să creeze trupul spiritual. Atma se numeşte trupul nostru spiritual. Atma înseamnă suflare. Prin respiraţia reglată în timpul meditaţiei ne construim trupul spiritual. Într-adevăr, cu fiecare respiraţie ne inspirăm sau ne expirăm eul.



A. Organismul fizic, trupul fizic, trupul eteric, trupul astral
B. Manas, Buddhi, Atma (Sinea spirituală…)

Acest desen ne ajută să ne reprezentăm ce se petrece de fapt. Noi formăm trupul spiritual în lăuntrul trupului exterior constituit de zei. Eul se revarsă în el cu fiecare inspiraţie şi iese iarăşi la expiraţie. În timp ce reglăm respiraţia şi ne concentrăm asupra unor diferite puncte ale corpului nostru, ne înzestrăm trupul spiritual cu forţele care sunt necesare construirii lui. Eul însuşi stă în directă legătură cu acel loc din regiunea frontală, situat puţin deasupra rădăcinii nasului, înăuntru; gândirea cu laringele, simţirea cu mâinile, voinţa cu picioarele şi în general cu partea corporală inferioară. Dacă străbatem corpul nostru cu aceste forţe prin respirarea reglată, clădim la trupul nostru spiritual.

În spirit se afla germenele trupului meu (v. pag. 80).

Note de la aceeaşi lecţie luată de la altă mână

Pe parcursul dezvoltării lui lăuntrice, discipolului îi sunt date anumite exerciţii prin care trebuie să cultive omul spiritual din el. Va întreprinde exerciţii respiratorii după indicaţia profesorului său. Aceste exerciţii au menirea să-l conducă spre spiritualizare. Omul are în el un organ care, atunci când inspiră, se umple cu aer, iar când expiră, se goleşte iarăşi de aer.

La inspiraţie, aerul pătrunde în acest organ până în cele mai fine ramificaţii. Acest organ este plămânul. În aer trăieşte spiritul omului. Când inspiră, el îşi absoarbe spiritul, când expiră, îşi exală spiritul. Spiritul omului se dezvoltă tot mai mult. Şi astfel spiritul omului se găseşte alternativ când în om, când în afara lui. Prin inspiraţie şi expiraţie este stimulată creşterea omului spiritual.

Este foarte important ce încredinţează omul spiritului său când expiră. Prin aceste gânduri se construieşte spiritul său. Omul îşi făureşte spiritul prin fiecare gând pe care-l încredinţează suflului său, pe care-l exală. Omul nu a avut dintotdeauna un organ pentru a inspira aerul. Dacă ne întoarcem în timp pe planetele anterioare, pe lună bunăoară, constatăm că acolo trăiau fiinţe care nu inspirau aer, ci foc. Şi după cum azi omul inspiră aer şi expiră dioxid de carbon, acolo fiinţele inspirau foc şi expirau răceală.

Va veni un timp când omul nu va mai inspira şi expira aer. După cum omul îşi pregăteşte singur căldura pe pământ prin organul căldurii, inima cu circulaţia sângelui, tot aşa va avea mai târziu, în interiorul său, un organ care-i va aproviziona organismul cu ceea ce preluăm acum din aer, precum organul căldurii ne aprovizionează acum cu căldură care înainte, pe lună, era absorbită şi inspirată de către fiinţe din lumea înconjurătoare. Oamenii vor putea prelucra ei aerul uzat, în viitor, în lăuntrul lor. Când acest stadiu va fi atins, ei nu vor mai lua aer din mediu, nu vor mai trăi atunci în aer. Într-o fază şi mai îndepărtată, pe Jupiter, oamenii vor trăi în lumină şi vor absorbi lumină, aşa cum absorb acum aer, şi cum pe lună au absorbit căldură.

Va veni odată, şi pe acest Pământ, timpul în care omul nu va mai trăi decât în spiritul său, când nu va mai avea nevoie de corp decât ca instrument; deja de pe acum se croieşte acest timp. Trăim în ziua a cincea a omenirii, în a cincea rasă şi perioadă de dezvoltare a Pământului nostru; dar în lumea spirituală au început deja să se ivească zorile celei de a şasea. Omenirea trăieşte deja în aurora celei de a şasea zile.

Note de la lecţia esoterică de la Berlin, din 14 Noiembrie 1906 [Nota 25]

TREZIREA OMULUI LA CONŞTIENŢA DE SINE

În aceste consideraţii urmează să fie lămurite mai îndeaproape exerciţiile pe care le au de făcut cei aflaţi în învăţarea esoterică. Pentru cel care nu are încă de executat asemenea exerciţii, aceste lămuriri îi vor fi o pregătire în vederea timpului când şi el le va avea de făcut. Marii maeştrii ai înţelepciunii şi ai armonizării sentimentelor ne călăuzesc în lupta noastră interioară pentru cunoaştere. ❙ Un exerciţiu cunoscut multora este acela care constă în a te concentra mai întâi asupra punctului de la rădăcina nasului, între sprâncene, în interiorul capului, apoi asupra punctului din interiorul laringelui, după aceea asupra punctului extins într-o linie care se extinde de la umeri spre braţe şi mâini, şi în sfârşit asupra unui punct şi mai extins, care se întinde asupra întregii suprafeţe corporale. În ştiinţa ocultă se vorbeşte de aceste linii şi suprafeţe tot ca despre puncte. Vrem să învăţăm să înţelegem mai bine acest exerciţiu.

Pentru acestea trebuie să mergem cu gândul mult înapoi şi să ne transpunem în timpul lemurian. Pământul arăta pe atunci cu totul altfel. Ceea ce este astăzi stâncă solidă, curgea ca apă. Nu exista încă aer în sensul actual, pământul era învăluit în aburi fierbinţi. Multe metale care astăzi sunt solide existau pe atunci ca vapori sau curgeau ca apa; atmosfera de aburi era străbătută de curenţi eterici ca azi de curenţi de aer. Pe acest pământ trăia deja omul. Era însă un fel de animal-peşte-pasăre care se deplasa plutind, înotând. Un eveniment important în devenirea omului a fost atunci că şi-a format o piele, prin care s-a despărţit de lumea înconjurătoare şi s-a transformat într-o fiinţă autonomă. Până atunci omul nu fusese despărţit de ambianţă, curenţii întregii lumi treceau prin el; acum însă se închise prin piele. Această închidere era pricinuită de un curent eteric determinat. După un anumit timp se petrecu un alt eveniment important. Omul se ridică şi dădu prin aceasta întregii sale acţiuni şi strădanii o anumită orientare. Înainte, corpul omului fusese orientat ca la animalul de azi. De abia acum putu omul să-şi formeze membrele dinainte, braţele şi mâinile aşa cum sunt azi, adică pentru muncă în adevăratul înţeles. De abia acum începu omul să lucreze de sine stătător, de abia acum îşi putu dezvolta o karmă individuală. Nici un animal nu poate asta. Numai o fiinţă cu mers vertical îşi creează propria karmă. Un al doilea curent eteric e cel care a produs această transformare. ❙ Un al treilea curent eteric avu ca urmare o a treia transformare importantă. Abia acum, când omul dezvoltă un mers vertical, s-au putut forma plămâni cum numai omul are, şi legat de ei, se formă, din delicate substanţe eterice, laringele. Acum se putu dezvolta treptat vorbirea omenească. ❙ Datorită unui al patrulea curent eteric se formă organul dintre sprâncene, la rădăcina nasului, şi abia prin aceasta se trezi omul la conştienţa de sine:

conştienţa de sine, căci înainte poseda doar sentimentul de sine.

Deci dacă îţi îndrepţi atenţia, intens şi energic, mereu numai asupra unuia dintre cele patru puncte, adică asupra rădăcinii nasului, sau asupra laringelui, sau asupra mâinilor şi braţelor, sau asupra întregii suprafeţe corporale, şi uneşti acest exerciţiu cu un anumit cuvânt, foarte precis, care este împărtăşit numai direct, de la învăţător la discipol, intri în legătură cu acel curent eteric, ce a produs prefacerea din corpul omenesc. Educaţia ocultă constă, înainte de toate, în aceea că devenim conştienţi de procesele care lucrează inconştient asupra corpului nostru. Trebuie să intrăm într-o relaţie conştientă cu forţele cosmice.

Când îţi încrucişezi mâinile în aşa fel încât dreapta stă peste stânga şi te concentrezi asupra mâinilor astfel împreunate, aducând în centrul conştienţei un anumit cuvânt, vei remarca în curând, presupunând că exerciţiul este făcut suficient de des, cu maximă energie şi răbdare că ambele mâini tind să se despartă şi că braţele se deschid cu totul de la sine. Este poziţia sfinţilor medievali. Şi acest exerciţiu îşi are importanţa lui determinată. Mereu trec curenţi eterici din cosmos prin corpul uman. Un asemenea curent pătrunde prin cap, trece de acolo în piciorul drept, apoi în mâna stângă, pe urmă în mâna dreaptă, după aceea în piciorul stâng şi de acolo iarăşi în cap. Dacă ne imaginăm omul stând cu braţele desfăcute în poziţia descrisă mai sus, curentul ne apare în forma pentagramei. Ar fi rău pentru om dacă curentul ar intra nu prin cap ci prin picioare. Prin picioare pătrund în corpul omenesc toate influenţele negative. Magicienii negrii se folosesc de aceasta. Dar acest curent circulă prin om nu numai atunci când omul se află în această poziţie specială, ci totdeauna, chiar şi când mâinile sunt împreunate sau un picior este îndoit. Există cinci felurite vibraţii eterice prin corpul omenesc. Una dintre ele circulă şi în substanţa solidă şi de aceea se numeşte deoarece poate străbate şi pământul compact "pământească".

Aceşti cinci curenţi circulă permanent prin om şi-l pun în legătură cu întregul cosmos.

Fiinţa umană este ţesută din spirit; ne-am născut din spirit, am coborât în materie, şi ne întoarcem iarăşi în spirit. Curenţii care erau activi asupra noastră la coborârea în materie, trebuie să ne devină conştienţi. Mergem înapoi pe acelaşi drum pe care am venit, dar conştient. Nu există o altă dezvoltare adevărată. Ceea ce aprindem deja în noi prin aceste exerciţii, omenirea generală va dezvolta abia în a şasea rasă originară. O rasă originară se numeşte în ştiinţa ocultă o zi a creaţiei. Ne aflăm în stadiul pregătirii celei de a şasea zi a creaţiei, suntem în zorii celei de a şasea zi a creaţiei. Coborârea din spirit, viaţa în materie şi reîntoarcerea în spirit, sunt exprimate prin trei litere:

A U M

Note de la lecţia esoterică de la München, din 6 Iunie 1907 [Nota 26]

TEMELIILE UNEI EDUCAŢII ESOTERICE

Trebuie să limpezim mai întâi care sunt de fapt principiile unei educaţii esoterice şi care este de fapt esenţa lor. Şcoala căreia îi aparţinem e organizată în aşa fel, încât în ea sunt diferite cercuri. Toţi cei proaspăt alăturaţi ei sunt "căutătorii". Cei care înaintează mai departe aparţin celor care "exersează". Iar de aceasta se leagă "educaţia" propriu-zisă. În aceste trei cercuri se împarte şcoala noastră. Am intrat cu toţii în şcoala esoterică pentru a ne dezvolta anumite organe lăuntrice care ne fac capabili să trăim noi înşine în lumile superioare. Dar cum pot fi dezvoltate asemenea organe în noi? Toate organele noastre au apărut datorită unei activităţi pe care noi am desfăşurat-o în trecut. Vom ilustra aceasta printr-un exemplu. Era un timp în care noi nu aveam încă ochi. Atunci omul se mişca plutind, înotând într-o mare originară apoasă. Pentru a se putea orienta dispunea de un organ care mai există azi doar ca un rudiment. E aşa zisa glandă pineală. Se află pe creştetul capului, spre interior. La anumite animale poate fi văzută încă dacă se ridică calota craniană. Cu acest organ omul din străvechime putea să perceapă dacă se apropia de un lucru folositor sau dăunător. Înainte de toate era însă un organ pentru perceperea căldurii sau frigului. Când soarele lumina pe atunci de sus pământul, omul nu putea să-l vadă, dar glanda pineală îl trăgea spre acele locuri ale mării unde soarele încălzea apa. Iar această căldură îi dădea o senzaţie de mare beatitudine. Omul zăbovea îndelung în asemenea locuri ale apei şi se deplasa departe pe suprafaţa apei pentru ca să poată rămâne sub razele soarelui. Iar ochii noştri de azi s-au format prin faptul că razele soarelui cădeau direct pe corpul lui. Două lucruri au fost aşadar necesare pentru ca ochii să poată apărea: trebuia, pe de o parte, ca soarele să lumineze de sus, iar pe de altă parte, şi ca oamenii să înoate spre acele locuri încălzite de soare şi să se expună soarelui. Dacă oamenii de odinioară nu ar fi făcut acest lucru ci şi-ar fi zis: nu vreau să dezvolt decât ceea ce se află deja în mine, şi-ar fi dezvoltat mai departe glanda pineală dându-i proporţii tot mai mari, monstruoase, dar nu ar fi dobândit ochi niciodată.

Tot aşa trebuie să ne închipuim şi dezvoltarea ochilor spirituali. Nu trebuie să spunem: lumile superioare se află deja în mine, trebuie doar să le dezvolt. Nici oameni aceia nu puteau dezvolta din ei soarele, ci numai organele cu care să-l poată vedea. Tot aşa şi noi, nu putem dezvolta din noi înşine lumile superioare, ci numai organele prin care putem vedea soarele spiritual, lumile spirituale. Şi niciodată nu ne vom putea dezvolta asemenea organe dacă, pe de o parte, soarele spiritual nu ne va lumina, iar pe de altă parte, dacă nu ne vom grăbi să ne expunem acestui soare pentru ca el să ne poată lumina. Locurile în care străluceşte pentru noi soarele spiritual sunt şcolile esoterice, şi toţi cei care sunt mânaţi spre ele, sunt atinşi de razele lui, dacă se comportă conform îndrumării şcolii.

Fiecare organ care a avut un trecut va avea şi un viitor. Şi glanda pineală va redeveni în viitor un organ important. Iar cei aflaţi în şcolile esoterice lucrează de pe acum la cultivarea ei. Exerciţiile care ni se dau acţionează nu numai asupra trupului astral şi eteric, ci şi asupra glandei pineale. Iar când acţiunea devine foarte energică, ea trece de la glanda pineală în vasele limfatice şi de acolo în sânge. Dar nu numai aceia care fac acum exerciţii oculte vor avea în viitor o glandă pineală dezvoltată, ci toţi oamenii. Iar la oamenii care vor constitui rasa cea rea, ea va fi un organ pentru cele mai negative şi îngrozitoare impulsuri şi va fi atât de mare încât va ocupa cea mai mare parte a corpului. După cum vezi o mulţime de muşte din depărtare ca roi, tot aşa atunci când pe pământ se vor perinda multe corpuri în formă de glandă, pământul însuşi, privit din spaţiul cosmic, va arăta ca o mare glandă. La aceia însă care şi-au cultivat glanda pineală într-un mod just, ea va fi un organ foarte nobil şi împlinit.

Vom cerceta acum mai de aproape exerciţiile ce ne sunt date, şi făcând aceasta să ne amintim că aceste exerciţii fac sufletele noastre receptive pentru razele solare spirituale.

Ca o pregătire pentru exerciţiile oculte propriu-zise slujesc cele şase exerciţii secundare. În cel ce li se dedică just, cu seriozitate şi râvnă, ele produc acea stare sufletească fundamentală, pentru ca exerciţiile oculte să poată da roadele cele bune.

1. *Controlul gândurilor*: zilnic, cel puţin câte cinci minute, fă-ţi timp liber şi reflectează la un gând cât se poate de lipsit de importanţă şi care nu te interesează câtuşi de puţin, legând logic tot ce se poate gândi asupra obiectului. Este important să fie un obiect nesemnificativ, deoarece ceea ce trezeşte calităţile sufleteşti adormite este tocmai constrângerea pe care trebuie să ţi-o impui pentru a-ţi menţine mult timp concentrarea asupra lui. După un anumit timp vei sesiza în suflet un sentiment de soliditate şi siguranţă. Dar nu trebuie să-ţi închipui că acest sentiment năvăleşte impetuos asupra ta. Nu, ceea ce trebuie să sesizezi este, dimpotrivă, un sentiment foarte delicat şi subtil. Cei

care afirmă că nu pot simţi absolut deloc în ei acest sentiment, seamănă foarte adesea cu cei care pornesc să caute un obiect foarte mic şi fin printre multe alte obiecte. Ei caută, ce-i drept, dar numai aşa, la suprafaţă, şi de aceea nu pot găsi micul obiect ci îl trec cu vederea. Trebuie, liniştit, să asculţi în tine; vei percepe atunci acest sentiment care apare mai cu seamă în partea de dinainte a capului. Când l-ai simţit acolo, varsă-l mental în creier şi în măduva spinării. Treptat începi să încerci senzaţia că din partea anterioară a capului pornesc raze până în măduva spinării.

2. *Iniţiativa acţiunii*: Pentru aceasta alege-ţi o acţiune imaginată în tine însuţi. Cine, de pildă, şi-a luat ca exerciţiu zilnic udarea unei flori, aşa cum stă scris în instrucţiuni ca exemplu, acela face ceva cu totul inutil. Căci acţiunea trebuie să pornească din proprie iniţiativă, deci trebuie s-o fi conceput tu însuţi. Atunci se face remarcat la acest exerciţiu un sentiment de: "pot realiza ceva", "sunt capabil de mai multe decât mai înainte", "simt impulsul spre activitate". Acest sentiment se resimte de fapt în întreaga parte superioară a corpului. Încerci apoi să-l faci să curgă spre inimă.

3. *A fi mai presus de bucurie şi suferinţă*: Îţi vine bunăoară odată să plângi. Atunci e momentul să faci acest exerciţiu. Te constrângi cu toată puterea să nu te laşi cuprins de plâns. Acelaşi lucru e valabil şi pentru râs. Străduieşte-te ca atunci când îţi vine să râzi, să nu cedezi râsului ci să rămâi liniştit. Nu înseamnă că nu mai trebuie să râzi, ci trebuie să te poţi stăpâni, să fi stăpân peste râs şi plâns. Şi dacă te-ai învins de câteva ori, încerci curând un sentiment de linişte şi calm. Lasă acest sentiment să curgă prin întregul corp, vărsându-l mai întâi din inimă în braţe şi în mâini, pentru ca prin mâini să iradieze în fapte. Îl laşi apoi să curgă spre picioare şi apoi spre cap. Acest exerciţiu cere o foarte serioasă autoobservare, pe care trebuie s-o efectuezi cel puţin un sfert de oră pe zi.

4. *Pozitivitatea*: În tot ce e rău trebuie să ştii a găsi grăuntele de bun, în tot ce e urât frumosul, şi chiar în fiecare răufăcător scânteia de divinitate. Capeţi atunci sentimentul că parcă te lărgeşti dincolo de pielea ta. Acest sentiment al dilatării este asemănător cu acela pe care îl are trupul eteric după moarte. Când încerci acest sentiment, lasă-l să iradieze prin ochi, urechi şi întreaga piele, mai ales prin ochi.

5. *Obiectivitatea*: Trebuie să rămâi mobil, să fi mereu capabil să asimilezi ceva nou. Dacă cineva ne povesteşte ceva ce ni se pare neverosimil, trebuie totuşi ca în inimă să rămână mereu un colţişor în care să ne spunem: s-ar putea totuşi să aibă dreptate. Ceea ce nu trebuie să ne tocească spiritul critic; putem verifica, desigur, cele aflate. Ne cuprinde atunci un sentiment ca şi cum ceva ar curge din afară în noi. Absorbim acest ceva prin ochi, urechi şi întreaga piele.

6. *Echilibrul*: Cele cinci trăiri anterioare trebuie acum aduse în armonie prin distribuirea echilibrată a atenţiei asupra lor.

Aceste exerciţii nu trebuie făcute neapărat câte o lună fiecare. Trebuia însă indicat un timp. Important, înainte de orice, este să fie executate în ordinea arătată. Cine face exerciţiul al doilea înaintea primului nu are nici un folos. Căci importantă este tocmai ordinea. Unii cred chiar că ar trebui să înceapă cu al şaselea exerciţiu, cu armonizarea. Dar se poate armoniza ceva când nu ai ce? Cel ce nu vrea să facă exerciţiile în ordinea indicată, acela nu are nici un folos de pe urma lor. Ca şi cum, trebuind să faci şase paşi peste o punte, ai vrea să începi cu al şaselea; la fel de absurd este să vrei să începi cu al şaselea exerciţiu.

Apoi cei mai mulţi dintre noi au primit o *meditaţie de dimineaţă*. Trebuie făcută dimineaţa, devreme, la o oră stabilită şi pe care o respecţi cât mai riguros cu putinţă. Te adânceşti la început în cele şapte versuri. La unii dintre noi sună în felul următor:

> În razele curate de lumină
> Străluceşte divinitatea lumii!
> În iubirea pură faţă de toate fiinţele
> Radiază Dumnezeirea sufletului meu.
> Mă odihnesc în divinitatea lumii,
> Mă voi găsi pe mine însumi
> În Divinitatea lumii!

În timpul meditaţiei nu trebuie să speculezi asupra acestor şapte rânduri, ci să trăieşti pe de-a-ntregul în lăuntrul lor. Trebuie să ţi le reprezinţi destul de plastic. Astfel:

> *În razele pure ale luminii*

Te vei simţi scăldat de undele lucitoare ale luminii care străbat din toate părţile şi a căror strălucire ţi-o vei reprezenta cât mai limpede.

> *Străluceşte divinitatea lumii*

îţi închipui că Dumnezeu este cel ce radiază spre tine prin aceste raze; încerci să-L simţi şi să-L absorbi în tine.

> *În iubirea pură faţă de toate fiinţele*
> *Radiază dumnezeirea sufletului meu.*

îţi reprezinţi cum faci ca razele divine pe care le-ai absorbit, să radieze înapoi, spre fericirea tuturor fiinţelor.

Rândurile finale trebuie să trezească reprezentarea şi sentimentul că ai fi cu totul îmbăiat de razele Divinităţii şi că în ele te găseşti pe tine însuţi. Cine vrea să-şi reprezinte aceasta deosebit de plastic, poate să-şi imagineze şi un pom pe care l-a îndrăgit şi la care revine cu plăcere.

După aceste şapte rânduri ni s-a dat un cuvânt sau o propoziţie spre adâncire. Această concentrare pe o propoziţie sau un cuvânt, de pildă "tărie", este foarte importantă. Este un fel de parolă, de cuvânt energic, adecvat cu exactitate structurii sufleteşti a fiecărui ins. Trebuie să laşi acest cuvânt să sune în suflet aşa cum se întâmplă când loveşti un diapazon. Şi aşa cum tragi cu urechea la sunetul tot mai pierdut al diapazonului, tot astfel după cufundarea în cuvânt trebuie să-l laşi să răsune în suflet, să te dăruieşti celor produse în suflet prin acest cuvânt.

În încheiere te cufunzi încă pentru cinci minute în propriul tău ideal divin. Nu discutăm aici despre ce fel de ideal e vorba; este vorba numai de crearea unei juste dispoziţii sufleteşti. E indiferent dacă te gândeşti la învăţător sau la cerul înstelat. Au venit deja atei care credeau că nu au nici un ideal divin. Dar au putut fi îndreptaţi spre cerul înstelat care totuşi smulge fiecăruia un sentiment de veneraţie şi devoţiune.

Cine a început odată să lucreze cu aceste exerciţii, acela trebuie să rămână la ele şi să nu le părăsească atunci când nu-i convine. Trupul astral şi cel eteric se obişnuiesc repede cu aceste exerciţii, şi când nu le capătă se revoltă. O întrerupere sau o încetare deplină a lor este în orice caz periculoasă.

Importantă este şi *retrospectiva de seară*. Ea trebuie făcută de la sfârşit spre început, ca să ne obişnuim cu modul de percepere al planului

astral. În timpul retrospectivei trebuie să-ţi reprezinţi totul cât se poate de plastic. La început, firește, dacă ai avut să zicem optzeci de evenimente şi trăiri, nu poţi să nu le evoci plastic pe toate optzeci în faţa sufletului. De aceea trebuie să procedezi la o selecţie înţeleaptă până ce, în fine, întreaga viaţă a unei zile ajunge să se desfăşoare în faţa ta ca un tablou. Importante sunt iarăşi micile acţiuni nesemnificative căci tocmai sforţarea e aceea care trezeşte forţele sufletului.

Note sumare de la lecţia esoterică de la Berlin, din 9 octombrie 1907 [Nota 23]

ÎNSEMNĂTATEA ANULUI 1879
DISCUTAREA UNEI FORMULE DE MEDITAŢIE

Tot ce este enunţat într-o lecţie esoterică ne este nemijlocit transmis de către învăţători, şi acela care vorbeşte este numai un instrument al intenţiilor lor.

Deosebirea între o lecţie exoterică şi una esoterică constă în aceea că acolo se asimilează o învăţătură, cunoştinţe, aici se *trăieşte* ceva. Învăţătorii vorbesc neîncetat oamenilor, însă numai cei pregătiţi pot să le audă vocea, cei al căror suflet este deschis pentru ca învăţătorii să găsească acces la ei. Munca esoterică este de cea mai mare însemnătate pentru dezvoltarea lumii, dar în acelaşi timp, şi pentru omul care se află în cea mai simplă situaţie socială.

Anul 1879 deschide o epocă de cea mai mare importanţă în dezvoltarea omenirii printr-un eveniment care s-a petrecut pe planul astral; de atunci cultura noastră a luat o altă direcţie.

În 1250 a început un curent spiritual care şi-a atins apogeul în 1459 [Nota 28]: când Christian Rosenkreutz a fost ridicat la rangul de cavaler al crucii cu trandafiri. Începu atunci (1510) epoca numită în ocultism epoca lui *Gabriel*. În 1879 a început epoca lui *Mihaiel*; cea care va urma se numeşte epoca lui *Orifiel*. Mari lupte îi vor răscoli pe oameni; de aceea este pregătit acum un mic grup pentru ca în acea epocă întunecată să facă să strălucească făclia cunoaşterii spirituale. (v. nota 28)

Discutarea formulei de meditaţie: "În razele pure ale luminii". Reprezentarea imaginativă a momentelor alcătuitoare:

În razele pure ale luminii
Străluceşte divinitatea lumii.

Aici divinitatea se revarsă ca lumină argintie şi strălucitoare a lunii peste lumea exterioară: ne simţim ca pătrunşi şi scăldaţi de această lumină.

În iubirea pură faţă de toate fiinţele
Radiază Dumnezeirea sufletului meu.

După identificarea cu lumea înconjurătoare, unde am încercat să recunoaştem Divinitatea, ne cufundăm în propriul nostru interiorior, iar prin iubirea care ne uneşte cu toate fiinţele, găsim relaţia cu Divinitatea şi simţim Dumnezeirea propriului nostru suflet.

Mă odihnesc în Divinitatea lumii.

Cuvântul *odihnă* are o putere magică: acela căruia îi reuşeşte să se concentreze în acest cuvânt şi să-l lase să acţioneze asupra sa, acela simte cum este străbătut cu totul de un sentiment de linişte şi pace. Găsim în interiorul nostru această linişte şi această pace când ne simţim în relaţie cu Dumnezeu: liniştea ne înconjoară, ne pătrunde.

Mă voi găsi pe mine însumi
În Divinitatea lumii.

Şi acum apare în noi reprezentarea ca a unui punct luminos, a unei scântei strălucitoare care ne licăreşte din depărtare şi spre care tindem ▮ şi în care ne vom găsi în sânul Divinităţii.

Note sumare de la lecţia esoterică de la München, din 16 ianuarie 1908 [Nota 29]

DESPRE PROCESUL RESPIRAŢIEI

În ultima noastră lecţie esoterică a fost vorba despre marile legităţi ale vieţii spirituale, aşa cum se relevează ele în decursul evoluţiei umane, despre marile puteri spirituale care guvernează tot ce se petrece pe planul fizic şi care se înlocuiesc reciproc în activitatea lor; astăzi vom vorbi într-un mod ceva mai intim despre legile vieţii spirituale aşa cum se desfăşoară ele chiar în lăuntrul omului.

Cel angrenat într-o educaţie ocultă este, într-un anumit sens, un om care aşteaptă, un căutător. El aşteaptă ca într-o bună zi să i se dezvăluie o nouă lume în afara aceleia pe care a perceput-o în mod obişnuit. El aşteaptă ca într-o bună zi să-şi poată spune: văd o nouă lume; văd ▮ printre toate obiectele şi fiinţele pe care le puteam percepe până acum în spaţiu ▮ o mulţime de entităţi spirituale care înainte îmi erau ascunse. Pentru ca acest lucru să devină cu totul limpede trebuie să evocaţi iarăşi în faţa sufletului cele şapte stări de conştienţă pe care omul le străbate în decursul dezvoltării sale. Prima stare de conştienţă prin care a trecut omul a fost un grad de conştienţă confuz, crepuscular, în care omul se simţea una cu Cosmosul; numim această stare existenţa saturneană. În existenţa solară amploarea conştienţei scăzu, dar deveni în schimb cu atât mai luminoasă. Când, după aceea, omul trecu prin existenţa lunară, conştienţa era asemănătoare celei pe care o trăim ▮ ca ultim rest ▮ în viaţa noastră de vis; era o conştienţă imaginativă, confuză. Aici, pe Pământ, avem conştienţa luminoasă de zi, care va rămâne când omul se va ridica iar la conştienţa imaginativă luminoasă. Mai departe, pe Jupiter, omul se va ridica la două stări încă şi mai înalte de conştienţă: cea inspirată şi cea intuitivă. Astfel conştienţa noastră luminoasă de zi stă la mijloc între conştienţa imaginativă confuză a lunii şi conştienţa imaginativă luminoasă a lui Jupiter. Şi ceea ce aşteaptă discipolul esoteric să i se descopere într-o zi este conştienţa jupiteriană. Fiecăruia dintre noi îi va veni odată această conştienţă, unuia mai devreme, altuia mai târziu, în funcţie de capacităţile sale, de gradul maturizării sale interioare.

Conştienţa jupiteriană există însă deja, incipient, în fiecare om. Într-un mod foarte plăpând, conştienţa viitoare e deja schiţată, numai că

omul nu şi-o poate explica. Într-o mare parte viaţa esoterică constă tocmai din aceea că elevul învaţă să interpreteze în mod just procesele subtile din el şi din ambianţa sa. Nici vechea conştienţă lunară nu a dispărut cu totul, ea supravieţuind prin ultimele rudimente. Cele două stări ale omului de azi, în care într-una e prezentă încă vechea conştienţă lunară şi în cealaltă deja noua conştienţă jupiteriană, sunt sentimentul de ruşine şi cel de frică. În sentimentul ruşinii, când sângele e împins spre periferia corpului, mai trăieşte un ultim rest al conştienţei lunare, iar în sentimentul fricii, când sângele se năpusteşte spre inimă ca să găsească acolo un centru solid de sprijin, se vesteşte conştienţa jupiteriană. Aşa înclină spre cele două părţi conştienţa de zi normală.

Când simţim ruşine în legătură cu ceva şi roşeaţa ruşinii ni se urcă în obraji, trăim ceva ce ne aminteşte de existenţa lunară. Reprezentaţi-vă un om lunar. El nu-şi spunea încă "eu", ci trăia într-o conştienţă imaginativă confuză, crepusculară, cu totul întreţesut în forţele şi entităţile astrale cu care se simţea a fi în unitate şi armonie. Încercaţi să vă închipuiţi, fraţilor şi surorilor, că într-o bună zi licăreşte la un asemenea om lunar deodată sentimentul: sunt un "Eu". Eu sunt diferit de ceilalţi, sunt o fiinţă de sine stătătoare şi toate celelalte fiinţe din jur mă privesc. ❙ Un uriaş sentiment al ruşinii l-ar fi cuprins de sus până jos pe întregul om lunar, ar fi încercat să dispară, să piară de ruşine, dacă ar fi trăit un asemenea sentiment prematur al eului. Aşa parcă am vrea şi noi, fraţii mei şi surorile mele, când ne năpădeşte un sentiment al ruşinii, să dispărem, să intrăm în pământ, să ne dizolvăm eul. Imaginaţi-vă cum era întreţesut vechiul om lunar în armonia cu entităţile şi forţele ambianţei sale. Când se apropia de el o fiinţă vrăjmaşă, nu se gândea, ci ştia instinctiv cum trebuie să se ferească. El acţiona dintr-un sentiment pe care ❙ dacă ar fi fost conştient ❙ l-ar fi putut exprima cam în felul următor: ştiu că legile lumii nu sunt orânduite în aşa fel încât acest animal sălbatic să mă sfâşie acum; ci armonia lumii este aşa încât trebuie să existe mijloace care să mă apere de duşman. ❙ Vechiul om lunar se afla deci nemijlocit în armonie cu forţele cosmosului. Dacă s-ar fi trezit în el un sentiment al eului, această armonie ar fi fost deranjată. Şi într-adevăr, de cum a început să străbată omul pe pământ, sentimentul eului l-a adus într-o tot mai mare disonanţă cu ambianţa. Clarvăzătorul aude cosmosul răsunând într-o impunătoare armonie, şi când compară cu ea sunetele care vin la el de la diferiţi oameni, constată că azi în toţi oamenii domneşte disonanţa; la unul mai mare, la altul mai mică, dar tot disonanţă rămâne. Iar datoria voastră este ca pe parcursul dezvoltării voastre să prefaceţi tot mai mult această disonanţă în armonie. Această disonanţă a apărut prin egoitate, dar ea a fost cu înţelepciune rânduită de către puterile spirituale care stăpânesc şi conduc cosmosul. Dacă oamenii ar fi rămas întotdeauna în armonie, n-ar fi ajuns niciodată la autonomie. Disonanţa a fost instituită pentru ca omul să-şi poată recâştiga armonia în mod liber, prin propria-i forţă. Sentimentul eului conştient de sine trebuia aşadar să se dezvolte mai întâi în contul armoniei interioare. Dacă vine apoi timpul în care începe să licărească conştienţa jupiteriană şi omul reintră în relaţie armonioasă cu forţele cosmosului, el va salva cu sine acest sentiment al eului în noua stare de conştienţă, aşa încât omul va fi atunci un eu de sine stătător şi se va afla totuşi în armonie cu cosmosul.

Am văzut că în sentimentul de frică se anunţă deja noua conştienţă jupiteriană. Dar totdeauna când o stare viitoare începe să apară înainte de timp, este prematură şi nelalocul ei. Printr-un exemplu acest lucru vi se va limpezi. Când o floare, care după soiul ei trebuia să înflorească în august, este făcută să înflorească într-o seră deja în mai, în august, la timpul normal al înfloririi ei nu va mai da nici o floare; forţele ei vor fi epuizate şi nu se va mai potrivi cu condiţiile în care trebuia să intre. Şi chiar în mai, de îndată ce este dusă din seră, va trebui să piară, deoarece nu se potriveşte cu condiţiile naturale ale acestui anotimp. Tot aşa e şi cu sentimentul fricii. Nici el nu e azi la locul lui, şi va fi încă şi mai puţin în viitor. Ce se petrece când apare acest sentiment? Sângele se strânge în centrul omului, în inimă, ca să formeze acolo un centru solid, ca să-l facă pe om tare în faţa lumii din afară. Forţa cea mai dinlăuntru a eului este cea care provoacă aceasta. Această forţă a eului, care acţionează asupra sângelui trebuie să devină tot mai conştientă şi mai puternică, iar pe Jupiter omul va putea să-şi conducă cu totul conştient sângele spre centru şi să se facă mai puternic. Ceea ce e însă azi nefiresc şi nociv e sentimentul fricii, legat de această circulaţie a sângelui. În viitor el trebuie să nu mai existe; vor trebui să acţioneze doar forţele eului, fără frică.

În decursul dezvoltării umane lumea exterioară ne înconjoară într-un mod tot mai ostil. Tot mai mult trebuie să învăţaţi a opune forţa voastră interioară lumii năvălitoare din afară. Dar frica trebuie să dispară. Şi în mod deosebit celui angajat în disciplina esoterică îi este necesar, absolut necesar, să se elibereze de toate sentimentele de teamă şi frică. Teama are o îndreptăţire autentică numai acolo unde ne face atenţi că trebuie să devenim puternici, dar toate sentimentele nefireşti de teamă, care-l torturează pe om, trebuie să dispară cu desăvârşire. Ce s-ar întâmpla dacă omul ar continua să aibă sentimente de teamă când apare conştienţa jupiteriană? Acolo lumea exterioară se va opune omului într-un mod mult mai ostil şi mai înfricoşător decât azi. Un om care nu se dezobişnuieşte aici de teamă, va cădea acolo dintr-o spaimă cumplită în alta.

De pe acum se pregăteşte această stare în lumea exterioară. Şi ea i se va arăta omului şi mai limpede în acel groaznic timp care se va năpusti peste noi sub conducerea lui Orifiel, despre care v-am vorbit ultima oară. Atunci omul trebuie să fi învăţat să se ţină tare! Cultura noastră de azi creează ea însăşi acei monştri înspăimântători care-l vor ameninţa pe omul de pe Jupiter. Priviţi uriaşele maşini pe care tehnica omenească le construieşte cu atâta ingeniozitate! În ele omul îşi construieşte demonii care în viitor se vor dezlănţui asupra lui. Tot ceea ce omul îşi construieşte azi ca aparate şi maşini, în viitor va căpăta viaţă şi se va opune omului cu vrăjmăşie într-un mod îngrozitor. Tot ce a fost creat numai din principiul utilitarist, din egoismul individual sau colectiv, va fi în viitor duşmanul omului. Ne interesăm astăzi mult prea mult de folosul celor ce le facem. Dacă vrem să promovăm cu adevărat dezvoltarea nu trebuie să ne preocupe utilitatea ci îndeosebi nobleţea şi frumuseţea lucrurilor. Acţiunile noastre să nu pornească numai din principiul utilitarist, ci din bucuria pură pentru frumos. Tot ceea ce creează astăzi omul ca să-şi satisfacă necesitatea artistică, din iubirea curată pentru frumos, se va însufleţi, deasemenea, în viitor şi va contribui la dezvoltarea superioară a omului. Este teribil însă să trebuiască astăzi să vezi cum mii de oameni sunt îndemnaţi, din fragedă copilărie, să nu cunoască nici o altă activitate în afara aceleia pe care o duc de dragul folosului material, şi să fie rupţi toată viaţa de ce este frumos şi artistic. Şi cele mai sărace şcoli elementare ar trebui să atârne pe pereţi cele mai splendide opere de artă ❙ asta ar aduce o nesfârşită binecuvântare în dezvoltarea umană. Omul îşi construieşte singur viitorul. Poţi să-ţi faci o idee despre cum va fi pe Jupiter dacă înţelegi că astăzi nu există nimic absolut bun şi nimic absolut rău. În fiecare om binele şi răul este astăzi amestecat. Cel bun trebuie doar să-şi spună că are ceva mai mult bine în el decât cel rău, dar că nu este pe deplin bun. Pe Jupiter însă binele şi răul nu vor mai fi amestecate, ci oamenii se vor împărţi în oameni pe deplin buni şi pe deplin răi. Şi tot ce cultivăm azi ca frumos şi nobil slujeşte la întărirea binelui pe Jupiter, iar tot ceea ce se face din punctul de vedre al egoismului şi utilitarismului, consolidează răul.

Pentru ca omul să fie cu totul fortificat în faţa puterilor rele ale viitorului, trebuie să intre în posesia forţei celei mai lăuntrice a eului său, trebuie să-şi poată regla conştient sângele în aşa fel încât acesta să-l facă puternic în faţa vrăşmaşului, dar fără nici o teamă. Forţa care poartă sângele în interior trebuie s-o aibă în stăpânirea sa. Dar nici cealaltă facultate, aceea de a împinge sângele de la inimă spre periferie, nu trebuie să se piardă pentru el. Căci starea jupiteriană va însemna, într-un fel, şi o întoarcere la vechea conştienţă lunară. Omul va intra iarăşi în armonie cu marile legi ale lumii şi se va simţi una cu ele. Va redobândi capacitatea să se unească cu marile puteri spirituale ale lumii, dar nu ca pe lună, inconştient şi crepuscular; pe Jupiter îşi va păstra mereu conştienţa luminoasă de zi şi sentimentul conştient de sine al eului şi totuşi va trăi în armonie cu forţele şi legile lumii. Disonanţa va fi prefăcută atunci în armonie. Iar ca să se poată vărsa în armonia universului, trebuie să poată face în mod conştient ca cea mai intimă forţă a Eului său să radieze din inimă spre afară. Aşadar trebuie să poată centraliza în mod conştient forţele interioare ale sângelui, când îi apare în cale un duşman, şi trebuie să le poată şi iradia conştient. Numai atunci va fi ajuns să corespundă condiţiilor viitoare.

Cel care tinde spre o dezvoltare interioară trebuie să înceapă încă de azi să intre, treptat, din ce în ce mai mult, în posesia acestor forţe. O face prin aceea că învaţă să inspire şi să expire conştient. Când omul inspiră suflul, intră în activitate forţele eului care îl pun în relaţie cu forţele cosmosului, adică acele forţe care iradiază din inimă spre afară. Iar când omul dă afară suflul şi se abţine să respire, intră în activitate acele forţe ale eului care pătrund spre centru, spre inimă şi îi creează acolo un centru stabil. Aşa învaţă discipolul încă de azi, dacă îşi face conştient exerciţiile de respiraţie în acest fel, să devină treptat stăpân pe forţele Eului său. Să nu creadă însă nimeni că-i este îngăduit să întreprindă independent astfel de exerciţii înainte de a fi căpătat indicaţii în privinţa aceasta. Fiecare le va primi la timp. Dar chiar şi pentru cel care nu face încă asemenea exerciţii, nu este niciodată prematur să se familiarizeze cu sensul acestor exerciţii şi să dobândească înţelegere pentru aceste lucruri. Cu atât mai rodnice vor fi ele mai târziu. Aşa trebuie, fraţilor şi surorilor, să căpătaţi tot mai multă înţelegere şi pentru procesele subtile care se petrec în voi şi în întreaga lume, integrându-vă treptat în perioadele viitoare ale dezvoltării umane.

Din expunerea făcută pe aceeaşi temă în 26 Ianuarie 1908 la Berlin au fost reţinute următoarele: [Nota 30]

Când inspirăm adânc şi reţinem suflarea, recapitulăm o parte a stării lunare. Când lăsăm însă suflul afară, avem în aceasta o parte a stării jupiteriene. De acestea depinde dacă discipolul ocult primeşte fie exerciţii în care trebuie să păstreze suflul înlăuntru, deoarece el are de trecut într-o anumită măsură prin starea lunară, fie exerciţii în care trebuie să lase suflul afară deoarece, în felul acesta, poate atinge starea jupiteriană. Fiecare trebuie să aibă un regim individual.

Ştim că curentul omenirii se împarte de pe acum în două părţi: una care trece în bine, în ceea ce este moral, şi alta care se termină prin ceva îngrozitor, prin rău. Aceste stări se pregătesc încă de pe acum, germenii există deja. Astfel, tot ce există astăzi în lume ca maşini, instrumente şi sunt puse în mişcare, vor deveni pe Jupiter demoni cumpliţi, înspăimântători. Tot ceea ce slujeşte doar principiului utilitar va căpăta anvergura unor asemenea puteri înfricoşătoare. Acest proces poate fi paralizat dacă facem ca aceste aparate utilitare, pe lângă folosul pe care îl aduc, să vestească, înainte de toate, frumosul, divinul. E foarte bine să ştim acest lucru. Altminteri asemenea forţe ar sfâşia cândva Pământul. Vedem de asemenea cât de important este ca în educaţia copilului să-l înconjurăm pe acesta cu impresii artistice. Arta te face liber. Şi locomotiva trebuie transformată cândva într-o maşină care să fie frumoasă. Sentimentele noastre de teamă, de frică sunt hrană pentru alte entităţi rele. Nu trebuie să lăsăm să apară asemenea gânduri. Căci pe Jupiter astfel de demoni ne vor împresura în număr mult mai mare decât acum. Dar n-are a se teme în privinţa aceasta cel care-şi păstrează, ca om înţelept, învelişul curat, în aşa fel încât muştele să nu se poată aduna în jurul murdăriei.

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

IV
LĂMURIRI ÎN LECŢIILE ESOTERICE

Lecţie esoterică de la Berlin, din 24 Octombrie 1905 [Nota 22]

Unica redactare de către Rudolf Steiner a unei lecţii esoterice

Aforismul:

Mai strălucitoare decât Soarele
Mai curată decât zăpada
Mai subtilă decât eterul
Este Sinea,
Spiritul din inima mea.
Această sine sunt eu,
Eu sunt această sine.

Strahlender als die Sonne
Reiner als der Schnee
Feiner als der Äther
Ist das Selbst,
Der Geist in meinem Herzen.
Dies Selbst bin Ich,
Ich bin dies Selbst.

ne înalţă în fiecare dimineaţă spre sinea noastră superioară. Asemenea aforisme n-au fost născocite prin capriciul unei personalităţi ci au fost scoase din lumea spirituală. De aceea ele conţin mai mult decât se crede de obicei. Şi gândeşte despre ele în mod just cel ce presupune că niciodată nu va fi posibil să le sondeze conţinutul până la capăt, ci să descopere tot mai multe aspecte pe măsură ce se adânceşte în ele tot mai mult. De aceea şcoala esoterică poate să dea numai unele indicaţii singulare despre felul în care trebuie căutat conţinutul. Asemenea indicaţii vor fi comunicate în cele ce urmează.

Mai strălucitoare decât soarele

Omul vede obiectele din jurul său doar când acestea sunt luminate de soare. Ceea ce le face vizibile sunt razele de soare reflectate de ele în ochiul privitorului. Dacă nu ar fi lumină, lucrurile nu ar fi vizibile. Dar prin această lumină exterioară devin vizibile numai obiectele lumii fizice. Dacă vrea să vadă fiinţele şi lucrurile sufleteşti şi spirituale, trebuie să-I lumineze omului o lumină "mai strălucitoare decât soarele". Această lumină nu provine de la vreun soare exterior. Ea porneşte de la izvorul de lumină pe care-l aprindem în noi înşine când pornim în căutarea sinei superioare, veşnice din lăuntrul nostru. Această sine superioară e de altă obârşie decât sinea inferioară. Această din urmă percepe ambianţa cotidiană. Dar ceea ce trăieşte în această ambianţă cotidiană a luat naştere odată şi va trece. Cele ce simţim prin intermediul lor nu au, în sine, decât o valoare trecătoare. Şi din asemenea percepţii şi din gândurile apărute în legătură cu ele este construită sinea noastră trecătoare. Toate lucrurile care devin vizibile prin soare, nu au existat cândva în trecut, şi cândva, în viitor, nu vor mai exista. Chiar şi soarele a luat naştere cândva şi într-o bună zi va trece. Dar sufletul există tocmai pentru ca să recunoască veşnicul din lucruri. Cândva, când întregul pământ nu va mai exista, vor continua să existe sufletele care au locuit pe el. Şi ce au trăit aceste suflete pe pământ, vor duce ca amintire înspre alte locuri. E ca şi când un om mi-ar fi făcut un bine. Fapta trece. Dar ceea ce a sădit sufletul meu prin ea, asta rămâne. Iar legătura de iubire care m-a legat de el prin aceasta, nu trece. Ceea ce trăim este mereu izvorul a ceva ce rămâne în noi. Noi înşine scoatem astfel din lucruri ceea ce rămâne şi ducem în eternitate. Iar când oamenii vor fi transplantaţi odată pe o cu totul altă scenă, vor aduce cu ei cea ce au adunat aici. Iar faptele lor din noua lume vor fi ţesute din amintirea celei vechi. Căci nu există sământă care să nu dea fruct. Dacă suntem legaţi de un om prin iubire, această iubire este o sământă al cărei fruct îl trăim în întregul viitor, deoarece cu un asemenea om mergem împreună în întregul viitor. Trăieşte astfel în noi ceva ce e întreţesut cu puterea divină, care leagă toate lucrurile într-o ţesătură cosmică eternă. Acest " ceva " este sinea noastră superioară. Şi *aceasta* e "mai strălucitoare decât soarele". Lumina soarelui îl luminează pe om doar din afară. Soarele meu sufletesc îl luminează din interior. De aceea este mai strălucitor decât soarele.

Mai curată decât zăpada

Orice lucru este în sine curat. Se murdăreşte doar când e unit cu altul cu care nu trebuie să se unească aşa. Apa în sine este curată. Dar şi ceea ce este conţinut în apă ca murdărie ar putea fi curat dacă ar fi în sine, dacă nu s-ar fi fost unit cu apa într-un mod neadecvat. Cărbunele în sine este curat. Devine murdărie numai dacă se uneşte cu apa într-un mod necorespunzător. Acum, dacă apa îşi ia forma proprie în cristalul de zăpadă, se separă de toate cele ce s-au unit cu ea într-un mod neadecvat. Aşa se curăţă sufletul omenesc când se separă de tot ce s-a unit cu el în chip nefiresc. Iar de el ţine ceea ce este divin, nepieritor. Fiecare ideal, fiecare gând la ceva mare şi frumos aparţin formei lăuntrice a sufletului. Şi când se concentrează asupra unor asemenea idealuri, asupra unor asemenea gânduri, atunci se curăţă precum apa când devine cristal de zăpadă. Şi deoarece spiritualul este mai pur decât orice substanţă, se poate spune că "sinea

superioară", adică sufletul care trăieşte în înalturi, este "mai curată decât zăpada ".

Mai subtilă decât eterul

Eterul este cea mai subtilă substanţă. Dar *orice* substanţă este încă densă în raport cu sufletul. Nu *densul* este ce rămâne, ci "subtilul". Piatra, la care gândeşti ca la o substanţă, piere ca substanţă. Însă *gândul* despre piatră, care trăieşte în suflet, rămâne. Dumnezeu a gândit acest gând. Şi, din el a făcut piatra solidă. După cum gheaţa este doar apă solidificată, tot aşa piatra este un gând solidificat al lui Dumnezeu. Toate lucrurile sunt astfel de gânduri solidificate ale lui Dumnezeu. "Sinea superioară" dizolvă însă toate lucrurile, şi în ea trăiesc atunci gândurile divine. Iar dacă sinea e ţesută de asemenea gânduri divine, atunci e "mai subtilă decât eterul".

Spiritul din inima mea

Abia atunci a priceput omul un lucru când l-a cuprins cu inima. Intelectul şi raţiunea sunt doar mijlocitorii pentru înţelegerea cu inima. Prin intelect şi raţiune pătrunzi în gânduri divine. Dar dacă ai astfel gândul, trebuie să înveţi a-l *iubi*. Omul învaţă încetul cu încetul să iubească toate lucrurile. Asta nu înseamnă că inima sa trebuie să se ataşeze fără discernământ de toate câte îi ies în cale. Căci experienţa noastră este mai întâi de toate înşelătoare. Când însă te străduieşti să cauţi într-o fiinţă sau un lucru baza lor divină, începi atunci să le şi iubeşti. Dacă am în faţa mea un om ticălos, nu ticăloşia sa trebuie s-o iubesc. N-aş face decât să mă înşel şi nici pe el nu l-aş ajuta. Dacă mă gândesc la felul în care a ajuns acest om în ticăloşie şi îi stau alături pentru a ieşi din ea, atunci îl ajut, iar eu răzbat la adevăr. Trebuie să caut pretutindeni felul în care pot iubi. Dumnezeu e în toate lucrurile, dar acest dumnezeiesc dintr-un lucru trebuie mai întâi să-l caut. Nu latura exterioară a unei fiinţe sau a unui lucru trebuie s-o iubesc necondiţionat, căci aceasta este înşelătoare şi uşor aş putea ajunge să iubesc eroarea. Dar în spatele oricărei iluzii se află adevărul, iar acesta poate fi totdeauna iubit. Iar când inima caută iubirea adevărului în toate fiinţele, atunci trăieşte "spiritul din inimă". Această iubire e veşmântul pe care sufletul trebuie totdeauna să-l poarte. Atunci el însuşi ţese dumnezeiescul în lucruri.

*

Membrii şcolii trebuie să se folosească de minutele libere ale zilei pentru a lega asemenea gânduri de aforismele înţelepciunii divine, pe care ni le-au dat maeştrii, dintr-o incomensurabilă experienţă de lume. Niciodată să nu creadă că au înţeles complet un asemenea aforism, ci să presupună întotdeauna că în el se află totdeauna mult mai multe decât au găsit ei. Printr-o asemenea atitudine se dobândeşte sentimentul că în orice adevărată înţelepciune stă cheia infinitului, iar printr-un asemenea fel de a gândi te uneşti cu acest infinit.

*

Nu este important să meditezi multe propoziţii, ci să laşi puţinul iarăşi şi iarăşi să trăiască în sufletul adus la linişte.

Nu trebuie să speculezi prea mult în timpul meditaţiei ci să laşi liniştit să acţioneze asupra ta conţinutul propoziţiilor de meditat. Dar în afara meditaţiei, în momentele libere ale zilei, trebuie să revii necontenit la conţinutul propoziţiilor de meditat şi să vezi ce reflecţii poţi extrage din ele. Acestea devin atunci o forţă plină de viaţă care se coboară în suflet făcându-l tare şi puternic. Căci atunci când sufletul se uneşte cu adevărul veşnic, trăieşte el însuşi în veşnicie. Iar când sufletul trăieşte în veşnicie, entităţile superioare au acces la el şi pot coborî în el propria lor forţă.

Note de la lecţia esoterică de la Berlin din Vinerea Mare, 13 aprilie 1906 [Nota 23]

DESPRE UNIREA IMAGINII CU PROTOTIPUL
AUM ŞI GÂNDUL PASCAL

Tot ce este fizic în jurul nostru ia naştere şi trece, numai prototipurile lucrurilor nu se nasc şi pier; ele n-au fost create şi nu pier, sunt veşnice. Pământul fizic ia naştere şi trece, dar prototipul pământului nu ia naştere şi nu trece. Prototipul pământului e veşnic. Iar în prototipul pământului sunt cuprinse toate prototipurile lumii fizice. Precum prototipul pământului, nici ele nu iau naştere şi nu pier: sunt veşnice. După cum pământul are prototipul său veşnic, tot aşa fiecare mineral, fiecare plantă, fiecare animal, fiecare om îl are pe al său, care străluceşte din veşnicie întru frumuseţe şi splendoare. Omul trebuie necontenit să înveţe a se uni cu prototipurile lucrurilor. Către ele trebuie să se ridice. Învaţă să se unească cu ele trăind amintirea. Când discipolul priveşte în retrospectiva de seară asupra zilei care s-a scurs, şi îşi aminteşte scenele zilei, bucuriile şi necazurile trăite, când amintirea face să se perinde din nou prin suflet bucuriile şi necazurile legate de evenimentele zilei, atunci el se pune în legătură cu acea viaţă care rămâne, care continuă să fie prezentă chiar şi fără expresia ei materială. Omul trebuie să-şi evoce prin fantezie evenimentele din viaţa sa şi a celorlalţi, lăsând ca în sufletul său să curgă bucuria şi durerea care însoţeau evenimentele: prin aceasta învaţă să se ridice la entităţile care se încorporează în bucurie şi durere, învaţă să trăiască conştient în lumea sufletească. Suntem statornic înconjuraţi de asemenea entităţi. Atunci înveţi să le percepi.

Dacă încercăm să ne chemăm în amintire evenimente trăite de noi în trecut, este altceva decât dacă evocăm evenimente despre care am citit sau auzit. Deosebirea este că la primele am participat cu sinea noastră. Şi acesta este lucrul important Este bine să exersăm evocarea în amintire a trăirilor din trecutul nostru. O durere, o bucurie pe care le-am simţit cândva, arată în amintire cu totul altfel în prezent decât odinioară. Prin această aducere aminte ne apropiem de adevărata cunoaştere. Vedem lucrurile cum sunt în realitate, dacă izbutim să simţim cu adevărat o durere sau o bucurie pe care nu le avem. Dacă suntem capabili să facem ca în noi să se ridice imagini ale celor pe care acum nu le vedem, ne apropiem, prin aceasta, de Divinitatea creatoare.

Asemenea învăţături le erau date discipolilor în şcolile rozecruciene. Ei trebuiau să aducă din proprie iniţiativă în suflet, fără realitatea lor brutală, bucuria şi tristeţea legate de evenimente anterioare ale vieţii. Dacă laşi să se ridice în suflet, în acest fel bucurie şi tristeţe, trezeşti organele sufleteşti. Celui care nu putea încă singur să le aducă, iniţiaţii, ca să-i trezească organele sufleteşti, îi prezentau imagini dramatice, scene din viaţa omenească, prin care omul învaţă să simtă şi fără realitatea brutală, ceea ce de obicei este legat de evenimentele înseşi. Asta e ceea ce rămâne din evenimente în lume. La asta trebuie omul să înveţe să se avânte.

Omul îşi va aminti de existenţe pământeşti anterioare în măsura în care a învăţat să recunoască veşnicul din lucruri şi aduce el însuşi în lume elemente de veşnicie.

Discipolul yoga face exerciţii de respiraţie. Respiraţia omului obişnuit este neregulată, neritmică. Discipolul yoghin învaţă să-şi ritmeze respiraţia. Respiraţia neritmică este de fapt ucigătoare. Prin suflul pe care-l exală, omul ucide. Îşi aduce moarte sieşi şi altora atâta timp cât respiraţia nu a devenit ritmică şi plină de viaţă, prin exerciţiu yoga. Prin respiraţia ritmică, respiraţia omului devine şi individuală. La sălbatici acţiunile sunt slab individualizate. Cu cât omul urcă mai sus în dezvoltarea sa, cu atât acţiunile sale vor purta o pecete mai individuală. Dar

la toţi oamenii dezvoltaţi, şi respiraţia este la fel; acum omul trebuie să înveţe să-şi individualizeze suflul. Prin aceasta, în procesul respiraţiei, se introduce pe sine tot mai mult în mod caracteristic în lumea înconjurătoare. Cât prelucrează din el în lumea înconjurătoare prin respiraţie, atât supravieţuieşte din el ca veşnic, netrecător, atât va regăsi din sine în toate încarnările ulterioare. Prin procesul respirator ritmic el transformă lumea şi conlucrează astfel la săvârşirea proceselor cosmice. Participă la creaţie pe Pământ.

În timp ce suflul omului obişnuit ucide, suflul omului purificat aduce viaţă lumii înconjurătoare. Aerul din oraşe este mai rău nu numai pentru că este murdărit de tot felul de lucruri fizice, ci şi pentru că-l strică respiraţia neritmică, nepurificată a oamenilor. Aerul din oraşe este plin de substanţe otrăvitoare datorită imoralităţii oamenilor. La ţară aerul e mai curat decât la oraşe. Acolo oamenii mai duc o încă viaţă mai simplă, mai ritmică, într-o linişte mai mare. În timp ce, în oraşe, omul este plin cu gânduri despre tot felul de lucruri care se învălmăşesc în viaţa lui făcând-o neritmică, omul de la ţară se obişnuieşte să-şi adapteze viaţa la cursul ritmic al naturii, al devenirii şi trecerii, la ritmul anotimpurilor. În corelaţie cu natura, el întreprinde în fiecare an, în anumite perioade, anumite munci şi prin aceasta se pune în legătură mult mai strânsă cu marile legi ale lumii decât o face orăşeanul, care nu ţine deloc seama de aceste legi ale lumii. Prin această integrare ritmică în cursul vieţii lumii, cel ce trăieşte la ţară aduce ritmicitatea şi în viaţa sa. Printr-un asemenea ritm, şi aerul pe care-l respiră devine mai ritmic, mai curat şi mai bun.

Plantele răspândesc aer curat. Ele sunt curate, fără pofte, altruiste; de aceea ne simţim aşa de bine în lumea plantelor!; din ea se revarsă viaţă. Dar omul obişnuit aduce moarte ambianţei prin suflul său. Printr-o viaţă curată morală, altruistă, omul trebuie să-şi transforme suflarea într-una pură, plină de viaţă şi s-o ritmizeze prin exerciţii yoga. Apoi trebuie să înveţe să-şi reverse individualitatea în suflu, s-o întipărească asupra lumii: prin aceasta dă viaţă ambianţei. Printr-o educaţie continuă de acest fel yoghinul învaţă să plutească deasupra fizicului, să trăiască pe planul veşniciei. Prin aceasta se ridică până la prototipurile eterne, nepieritoare, ale lucrurilor; care nu se nasc şi nu pier; se uneşte şi cu propriul său prototip. Fizic, omul se naşte şi piere; dar pentru fiecare om există un prototip; acesta este veşnic.

Dacă yoghinul învaţă să se unească cu prototipurile, s-a înălţat în lumea veşnică a spiritului; pluteşte deasupra efemerului. Aceasta este starea despre care se spune că yoghinul se odihneşte între aripile marii păsări, ale lebedei, ale lui AUM!

AUM este trecerea înapoi, de la imagini la prototip, dizolvarea în nepieritor. Dizolvarea în veşnic, unirea cu prototipurile este exprimată în această mantră din Upanişade:

> Yasm jatam jagat sarvam, yasminn eva praliyate
> Yenedam dhriyate caiva, tasmai jnanatmane namah.

E ceea ce poate fi găsit şi în gândul pascal. Este învierea omului din înrobirea lui de cele trecătoare şi materiale, în regiunile veşnice ale prototipurilor. Natura slujeşte ca simbol pentru aceasta. După cum, la Paşti, din pământ încolţeşte pretutindeni viaţă nouă, după ce sământa s-a jertfit şi a putrezit în pământ pentru a da noii vieţi posibilitatea de a lua naştere, tot aşa trebuie să moară toate cele inferioare din om. El trebuie să sacrifice natura inferioară pentru ca să se poată ridica la prototipurile veşnice ale lucrurilor. De aceea şi creştinătatea sărbătoreşte în acest anotimp al trezirii naturii din somnul iernii, moartea şi învierea Mântuitorului.

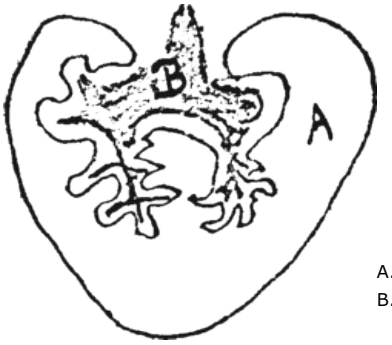
Şi omul trebuie mai întâi să moară pentru ca apoi să trăiască învierea întru spirit. Numai cel ce învinge ataşarea de lucrurile trecătoare poate deveni el însuşi nepieritor ca şi prototipurile veşnice, numai acela se poate odihni între aripile marii păsări Aum. Omul devine atunci un împreună-lucrător la progresul lumii. Participă la transformarea ei în vederea unei existenţe viitoare; din lăuntrul său cel mai profund acţionează atunci magic asupra lumii.

> Sine originară, din care am ieşit,
> Sine originară, care trăieşte în toate lucrurile,
> La Tine, Sine originară, venim înapoi.
>
> Urselbst, von dem wir ausgegangen sind,
> Urselbst, welches in allen Dingen lebt,
> Zu dir, du höheres Selbst, kehren wir zurück.

Note de la lecţia esoterică de la Berlin, din 2 Octombrie 1906 [Nota 24]

DESPRE CONSTITUIREA TRUPULUI SPIRITUAL PRIN MEDITAŢIE

Într-un sens modest trebuie să ne înalţe totuşi faptul că am fost consideraţi vrednici de a lua parte la şcoala esoterică. Nu din întâmplare am ajuns aici. Faptul că am căutat-o, că am fost lăsaţi să intrăm este o dovadă că această năzuinţă trăia în noi de mai multe vieţi. Lumea din afară nu ne mai poate mulţumi, nu ne putem dedica ei. Dacă am fi putut, n-am fi căutat drumul care ducea aici. Lumea de afară reprezintă deplina înflorire a celei de a cincea subrase; alături de această înflorire se arată deja zorii celei de a şasea zile sau celei de a şasea subrase. Aceasta va fi una mult mai spirituală; trupul spiritual va fi mult mai dezvoltat. Ea va fi preînflorirea a ceea ce se va dezvolta pe deplin în a şasea rasă originară. - Noi, cei care suntem în şcoala esoterică, aparţinem acestor zori a celei de-a şasea zi; îl urmăm şi îl slujim pe marele maestru care supraveghează constituirea ei; misiunea noastră este să creăm şi să naştem din noi acest trup spiritual. Trupul nostru fizic nu este eul nostru; nu trebuie să ne identificăm cu el. Aşa cum este acum, cu această soliditate minerală, l-am primit ca un instrument pentru misiunile celei de-a cincea rase originare. Trebuie să-l folosim şi să-l formăm ca pe un instrument; eul nostru trebuie să aibă putere asupra lui. Înainte vreme, eul nostru avea un instrument de alt gen; trupul celei de-a patra rase originare, a celei atlanteene, care nu cunoştea încă separarea dintre soare şi ploaie, care se mişca prin ceaţă unduitoare, era în unele privinţe altfel constituit, dar eul nostru era acelaşi; încă şi mai diferite erau trupurile rasei lemuriene, îndeosebi în stadiile ei iniţiale, care se mişcau plutind în mediul acvatic şi aerian. Acelaşi eu lucra la ele. Trupul nostru fizic s-a născut din macrocosmos. Lumea exterioară l-a format; din trupul nostru fizic trebuie eul nostru să creeze trupul spiritual. Atma se numeşte trupul nostru spiritual. Atma înseamnă suflare. Prin respiraţia reglată în timpul meditaţiei ne construim trupul spiritual. Într-adevăr, cu fiecare respiraţie ne inspirăm sau ne expirăm eul.



A. Organismul fizic, trupul fizic, trupul eteric, trupul astral
B. Manas, Buddhi, Atma (Sinea spirituală…)

Acest desen ne ajută să ne reprezentăm ce se petrece de fapt. Noi formăm trupul spiritual în lăuntrul trupului exterior constituit de zei. Eul se revarsă în el cu fiecare inspiraţie şi iese iarăşi la expiraţie. În timp ce reglăm respiraţia şi ne concentrăm asupra unor diferite puncte ale corpului nostru, ne înzestrăm trupul spiritual cu forţele care sunt necesare construirii lui. Eul însuşi stă în directă legătură cu acel loc din regiunea frontală, situat puţin deasupra rădăcinii nasului, înăuntru; gândirea cu laringele, simţirea cu mâinile, voinţa cu picioarele şi în general cu partea corporală inferioară. Dacă străbatem corpul nostru cu aceste forţe prin respirarea reglată, clădim la trupul nostru spiritual.

În spirit se afla germenele trupului meu (v. pag. 80).

Note de la aceeaşi lecţie luată de la altă mână

Pe parcursul dezvoltării lui lăuntrice, discipolului îi sunt date anumite exerciţii prin care trebuie să cultive omul spiritual din el. Va întreprinde exerciţii respiratorii după indicaţia profesorului său. Aceste exerciţii au menirea să-l conducă spre spiritualizare. Omul are în el un organ care, atunci când inspiră, se umple cu aer, iar când expiră, se goleşte iarăşi de aer.

La inspiraţie, aerul pătrunde în acest organ până în cele mai fine ramificaţii. Acest organ este plămânul. În aer trăieşte spiritul omului. Când inspiră, el îşi absoarbe spiritul, când expiră, îşi exală spiritul. Spiritul omului se dezvoltă tot mai mult. Şi astfel spiritul omului se găseşte alternativ când în om, când în afara lui. Prin inspiraţie şi expiraţie este stimulată creşterea omului spiritual.

Este foarte important ce încredinţează omul spiritului său când expiră. Prin aceste gânduri se construieşte spiritul său. Omul îşi făureşte spiritul prin fiecare gând pe care-l încredinţează suflului său, pe care-l exală. Omul nu a avut dintotdeauna un organ pentru a inspira aerul. Dacă ne întoarcem în timp pe planetele anterioare, pe lună bunăoară, constatăm că acolo trăiau fiinţe care nu inspirau aer, ci foc. Şi după cum azi omul inspiră aer şi expiră dioxid de carbon, acolo fiinţele inspirau foc şi expirau răceală.

Va veni un timp când omul nu va mai inspira şi expira aer. După cum omul îşi pregăteşte singur căldura pe pământ prin organul căldurii, inima cu circulaţia sângelui, tot aşa va avea mai târziu, în interiorul său, un organ care-i va aproviziona organismul cu ceea ce preluăm acum din aer, precum organul căldurii ne aprovizionează acum cu căldură care înainte, pe lună, era absorbită şi inspirată de către fiinţe din lumea înconjurătoare. Oamenii vor putea prelucra ei aerul uzat, în viitor, în lăuntrul lor. Când acest stadiu va fi atins, ei nu vor mai lua aer din mediu, nu vor mai trăi atunci în aer. Într-o fază şi mai îndepărtată, pe Jupiter, oamenii vor trăi în lumină şi vor absorbi lumină, aşa cum absorb acum aer, şi cum pe lună au absorbit căldură.

Va veni odată, şi pe acest Pământ, timpul în care omul nu va mai trăi decât în spiritul său, când nu va mai avea nevoie de corp decât ca instrument; deja de pe acum se croieşte acest timp. Trăim în ziua a cincea a omenirii, în a cincea rasă şi perioadă de dezvoltare a Pământului nostru; dar în lumea spirituală au început deja să se ivească zorile celei de a şasea. Omenirea trăieşte deja în aurora celei de a şasea zile.

Note de la lecţia esoterică de la Berlin, din 14 Noiembrie 1906 [Nota 25]

TREZIREA OMULUI LA CONŞTIENŢA DE SINE

În aceste consideraţii urmează să fie lămurite mai îndeaproape exerciţiile pe care le au de făcut cei aflaţi în învăţarea esoterică. Pentru cel care nu are încă de executat asemenea exerciţii, aceste lămuriri îi vor fi o pregătire în vederea timpului când şi el le va avea de făcut. Marii maeştrii ai înţelepciunii şi ai armonizării sentimentelor ne călăuzesc în lupta noastră interioară pentru cunoaştere. ❙ Un exerciţiu cunoscut multora este acela care constă în a te concentra mai întâi asupra punctului de la rădăcina nasului, între sprâncene, în interiorul capului, apoi asupra punctului din interiorul laringelui, după aceea asupra punctului extins într-o linie care se extinde de la umeri spre braţe şi mâini, şi în sfârşit asupra unui punct şi mai extins, care se întinde asupra întregii suprafeţe corporale. În ştiinţa ocultă se vorbeşte de aceste linii şi suprafeţe tot ca despre puncte. Vrem să învăţăm să înţelegem mai bine acest exerciţiu.

Pentru acestea trebuie să mergem cu gândul mult înapoi şi să ne transpunem în timpul lemurian. Pământul arăta pe atunci cu totul altfel. Ceea ce este astăzi stâncă solidă, curgea ca apă. Nu exista încă aer în sensul actual, pământul era învăluit în aburi fierbinţi. Multe metale care astăzi sunt solide existau pe atunci ca vapori sau curgeau ca apa; atmosfera de aburi era străbătută de curenţi eterici ca azi de curenţi de aer. Pe acest pământ trăia deja omul. Era însă un fel de animal-peşte-pasăre care se deplasa plutind, înotând. Un eveniment important în devenirea omului a fost atunci că şi-a format o piele, prin care s-a despărţit de lumea înconjurătoare şi s-a transformat într-o fiinţă autonomă. Până atunci omul nu fusese despărţit de ambianţă, curenţii întregii lumi treceau prin el; acum însă se închise prin piele. Această închidere era pricinuită de un curent eteric determinat. După un anumit timp se petrecu un alt eveniment important. Omul se ridică şi dădu prin aceasta întregii sale acţiuni şi strădanii o anumită orientare. Înainte, corpul omului fusese orientat ca la animalul de azi. De abia acum putu omul să-şi formeze membrele dinainte, braţele şi mâinile aşa cum sunt azi, adică pentru muncă în adevăratul înţeles. De abia acum începu omul să lucreze de sine stătător, de abia acum îşi putu dezvolta o karmă individuală. Nici un animal nu poate asta. Numai o fiinţă cu mers vertical îşi creează propria karmă. Un al doilea curent eteric e cel care a produs această transformare. ❙ Un al treilea curent eteric avu ca urmare o a treia transformare importantă. Abia acum, când omul dezvoltă un mers vertical, s-au putut forma plămâni cum numai omul are, şi legat de ei, se formă, din delicate substanţe eterice, laringele. Acum se putu dezvolta treptat vorbirea omenească. ❙ Datorită unui al patrulea curent eteric se formă organul dintre sprâncene, la rădăcina nasului, şi abia prin aceasta se trezi omul la conştienţa de sine:

conştienţa de sine, căci înainte poseda doar sentimentul de sine.

Deci dacă îţi îndrepţi atenţia, intens şi energic, mereu numai asupra unuia dintre cele patru puncte, adică asupra rădăcinii nasului, sau asupra laringelui, sau asupra mâinilor şi braţelor, sau asupra întregii suprafeţe corporale, şi uneşti acest exerciţiu cu un anumit cuvânt, foarte precis, care este împărtăşit numai direct, de la învăţător la discipol, intri în legătură cu acel curent eteric, ce a produs prefacerea din corpul omenesc. Educaţia ocultă constă, înainte de toate, în aceea că devenim conştienţi de procesele care lucrează inconştient asupra corpului nostru. Trebuie să intrăm într-o relaţie conştientă cu forţele cosmice.

Când îţi încrucişezi mâinile în aşa fel încât dreapta stă peste stânga şi te concentrezi asupra mâinilor astfel împreunate, aducând în centrul conştienţei un anumit cuvânt, vei remarca în curând, presupunând că exerciţiul este făcut suficient de des, cu maximă energie şi răbdare că ambele mâini tind să se despartă şi că braţele se deschid cu totul de la sine. Este poziţia sfinţilor medievali. Şi acest exerciţiu îşi are importanţa lui determinată. Mereu trec curenţi eterici din cosmos prin corpul uman. Un asemenea curent pătrunde prin cap, trece de acolo în piciorul drept, apoi în mâna stângă, pe urmă în mâna dreaptă, după aceea în piciorul stâng şi de acolo iarăşi în cap. Dacă ne imaginăm omul stând cu braţele desfăcute în poziţia descrisă mai sus, curentul ne apare în forma pentagramei. Ar fi rău pentru om dacă curentul ar intra nu prin cap ci prin picioare. Prin picioare pătrund în corpul omenesc toate influenţele negative. Magicienii negrii se folosesc de aceasta. Dar acest curent circulă prin om nu numai atunci când omul se află în această poziţie specială, ci totdeauna, chiar şi când mâinile sunt împreunate sau un picior este îndoit. Există cinci felurite vibraţii eterice prin corpul omenesc. Una dintre ele circulă şi în substanţa solidă şi de aceea se numeşte deoarece poate străbate şi pământul compact "pământească".

Aceşti cinci curenţi circulă permanent prin om şi-l pun în legătură cu întregul cosmos.

Fiinţa umană este ţesută din spirit; ne-am născut din spirit, am coborât în materie, şi ne întoarcem iarăşi în spirit. Curenţii care erau activi asupra noastră la coborârea în materie, trebuie să ne devină conştienţi. Mergem înapoi pe acelaşi drum pe care am venit, dar conştient. Nu există o altă dezvoltare adevărată. Ceea ce aprindem deja în noi prin aceste exerciţii, omenirea generală va dezvolta abia în a şasea rasă originară. O rasă originară se numeşte în ştiinţa ocultă o zi a creaţiei. Ne aflăm în stadiul pregătirii celei de a şasea zi a creaţiei, suntem în zorii celei de a şasea zi a creaţiei. Coborârea din spirit, viaţa în materie şi reîntoarcerea în spirit, sunt exprimate prin trei litere:

A U M

Note de la lecţia esoterică de la München, din 6 Iunie 1907 [Nota 26]

TEMELIILE UNEI EDUCAŢII ESOTERICE

Trebuie să limpezim mai întâi care sunt de fapt principiile unei educaţii esoterice şi care este de fapt esenţa lor. Şcoala căreia îi aparţinem e organizată în aşa fel, încât în ea sunt diferite cercuri. Toţi cei proaspăt alăturaţi ei sunt "căutătorii". Cei care înaintează mai departe aparţin celor care "exersează". Iar de aceasta se leagă "educaţia" propriu-zisă. În aceste trei cercuri se împarte şcoala noastră. Am intrat cu toţii în şcoala esoterică pentru a ne dezvolta anumite organe lăuntrice care ne fac capabili să trăim noi înşine în lumile superioare. Dar cum pot fi dezvoltate asemenea organe în noi? Toate organele noastre au apărut datorită unei activităţi pe care noi am desfăşurat-o în trecut. Vom ilustra aceasta printr-un exemplu. Era un timp în care noi nu aveam încă ochi. Atunci omul se mişca plutind, înotând într-o mare originară apoasă. Pentru a se putea orienta dispunea de un organ care mai există azi doar ca un rudiment. E aşa zisa glandă pineală. Se află pe creştetul capului, spre interior. La anumite animale poate fi văzută încă dacă se ridică calota craniană. Cu acest organ omul din străvechime putea să perceapă dacă se apropia de un lucru folositor sau dăunător. Înainte de toate era însă un organ pentru perceperea căldurii sau frigului. Când soarele lumina pe atunci de sus pământul, omul nu putea să-l vadă, dar glanda pineală îl trăgea spre acele locuri ale mării unde soarele încălzea apa. Iar această căldură îi dădea o senzaţie de mare beatitudine. Omul zăbovea îndelung în asemenea locuri ale apei şi se deplasa departe pe suprafaţa apei pentru ca să poată rămâne sub razele soarelui. Iar ochii noştri de azi s-au format prin faptul că razele soarelui cădeau direct pe corpul lui. Două lucruri au fost aşadar necesare pentru ca ochii să poată apărea: trebuia, pe de o parte, ca soarele să lumineze de sus, iar pe de altă parte, şi ca oamenii să înoate spre acele locuri încălzite de soare şi să se expună soarelui. Dacă oamenii de odinioară nu ar fi făcut acest lucru ci şi-ar fi zis: nu vreau să dezvolt decât ceea ce se află deja în mine, şi-ar fi dezvoltat mai departe glanda pineală dându-i proporţii tot mai mari, monstruoase, dar nu ar fi dobândit ochi niciodată.

Tot aşa trebuie să ne închipuim şi dezvoltarea ochilor spirituali. Nu trebuie să spunem: lumile superioare se află deja în mine, trebuie doar să le dezvolt. Nici oameni aceia nu puteau dezvolta din ei soarele, ci numai organele cu care să-l poată vedea. Tot aşa şi noi, nu putem dezvolta din noi înşine lumile superioare, ci numai organele prin care putem vedea soarele spiritual, lumile spirituale. Şi niciodată nu ne vom putea dezvolta asemenea organe dacă, pe de o parte, soarele spiritual nu ne va lumina, iar pe de altă parte, dacă nu ne vom grăbi să ne expunem acestui soare pentru ca el să ne poată lumina. Locurile în care străluceşte pentru noi soarele spiritual sunt şcolile esoterice, şi toţi cei care sunt mânaţi spre ele, sunt atinşi de razele lui, dacă se comportă conform îndrumării şcolii.

Fiecare organ care a avut un trecut va avea şi un viitor. Şi glanda pineală va redeveni în viitor un organ important. Iar cei aflaţi în şcolile esoterice lucrează de pe acum la cultivarea ei. Exerciţiile care ni se dau acţionează nu numai asupra trupului astral şi eteric, ci şi asupra glandei pineale. Iar când acţiunea devine foarte energică, ea trece de la glanda pineală în vasele limfatice şi de acolo în sânge. Dar nu numai aceia care fac acum exerciţii oculte vor avea în viitor o glandă pineală dezvoltată, ci toţi oamenii. Iar la oamenii care vor constitui rasa cea rea, ea va fi un organ pentru cele mai negative şi îngrozitoare impulsuri şi va fi atât de mare încât va ocupa cea mai mare parte a corpului. După cum vezi o mulţime de muşte din depărtare ca roi, tot aşa atunci când pe pământ se vor perinda multe corpuri în formă de glandă, pământul însuşi, privit din spaţiul cosmic, va arăta ca o mare glandă. La aceia însă care şi-au cultivat glanda pineală într-un mod just, ea va fi un organ foarte nobil şi împlinit.

Vom cerceta acum mai de aproape exerciţiile ce ne sunt date, şi făcând aceasta să ne amintim că aceste exerciţii fac sufletele noastre receptive pentru razele solare spirituale.

Ca o pregătire pentru exerciţiile oculte propriu-zise slujesc cele şase exerciţii secundare. În cel ce li se dedică just, cu seriozitate şi râvnă, ele produc acea stare sufletească fundamentală, pentru ca exerciţiile oculte să poată da roadele cele bune.

1. *Controlul gândurilor*: zilnic, cel puţin câte cinci minute, fă-ţi timp liber şi reflectează la un gând cât se poate de lipsit de importanţă şi care nu te interesează câtuşi de puţin, legând logic tot ce se poate gândi asupra obiectului. Este important să fie un obiect nesemnificativ, deoarece ceea ce trezeşte calităţile sufleteşti adormite este tocmai constrângerea pe care trebuie să ţi-o impui pentru a-ţi menţine mult timp concentrarea asupra lui. După un anumit timp vei sesiza în suflet un sentiment de soliditate şi siguranţă. Dar nu trebuie să-ţi închipui că acest sentiment năvăleşte impetuos asupra ta. Nu, ceea ce trebuie să sesizezi este, dimpotrivă, un sentiment foarte delicat şi subtil. Cei

care afirmă că nu pot simţi absolut deloc în ei acest sentiment, seamănă foarte adesea cu cei care pornesc să caute un obiect foarte mic şi fin printre multe alte obiecte. Ei caută, ce-i drept, dar numai aşa, la suprafaţă, şi de aceea nu pot găsi micul obiect ci îl trec cu vederea. Trebuie, liniştit, să asculţi în tine; vei percepe atunci acest sentiment care apare mai cu seamă în partea de dinainte a capului. Când l-ai simţit acolo, varsă-l mental în creier şi în măduva spinării. Treptat începi să încerci senzaţia că din partea anterioară a capului pornesc raze până în măduva spinării.

2. *Iniţiativa acţiunii*: Pentru aceasta alege-ţi o acţiune imaginată în tine însuţi. Cine, de pildă, şi-a luat ca exerciţiu zilnic udarea unei flori, aşa cum stă scris în instrucţiuni ca exemplu, acela face ceva cu totul inutil. Căci acţiunea trebuie să pornească din proprie iniţiativă, deci trebuie s-o fi conceput tu însuţi. Atunci se face remarcat la acest exerciţiu un sentiment de: "pot realiza ceva", "sunt capabil de mai multe decât mai înainte", "simt impulsul spre activitate". Acest sentiment se resimte de fapt în întreaga parte superioară a corpului. Încerci apoi să-l faci să curgă spre inimă.

3. *A fi mai presus de bucurie şi suferinţă*: Îţi vine bunăoară odată să plângi. Atunci e momentul să faci acest exerciţiu. Te constrângi cu toată puterea să nu te laşi cuprins de plâns. Acelaşi lucru e valabil şi pentru râs. Străduieşte-te ca atunci când îţi vine să râzi, să nu cedezi râsului ci să rămâi liniştit. Nu înseamnă că nu mai trebuie să râzi, ci trebuie să te poţi stăpâni, să fi stăpân peste râs şi plâns. Şi dacă te-ai învins de câteva ori, încerci curând un sentiment de linişte şi calm. Lasă acest sentiment să curgă prin întregul corp, vărsându-l mai întâi din inimă în braţe şi în mâini, pentru ca prin mâini să iradieze în fapte. Îl laşi apoi să curgă spre picioare şi apoi spre cap. Acest exerciţiu cere o foarte serioasă autoobservare, pe care trebuie s-o efectuezi cel puţin un sfert de oră pe zi.

4. *Pozitivitatea*: În tot ce e rău trebuie să ştii a găsi grăuntele de bun, în tot ce e urât frumosul, şi chiar în fiecare răufăcător scânteia de divinitate. Capeţi atunci sentimentul că parcă te lărgeşti dincolo de pielea ta. Acest sentiment al dilatării este asemănător cu acela pe care îl are trupul eteric după moarte. Când încerci acest sentiment, lasă-l să iradieze prin ochi, urechi şi întreaga piele, mai ales prin ochi.

5. *Obiectivitatea*: Trebuie să rămâi mobil, să fi mereu capabil să asimilezi ceva nou. Dacă cineva ne povesteşte ceva ce ni se pare neverosimil, trebuie totuşi ca în inimă să rămână mereu un colţişor în care să ne spunem: s-ar putea totuşi să aibă dreptate. Ceea ce nu trebuie să ne tocească spiritul critic; putem verifica, desigur, cele aflate. Ne cuprinde atunci un sentiment ca şi cum ceva ar curge din afară în noi. Absorbim acest ceva prin ochi, urechi şi întreaga piele.

6. *Echilibrul*: Cele cinci trăiri anterioare trebuie acum aduse în armonie prin distribuirea echilibrată a atenţiei asupra lor.

Aceste exerciţii nu trebuie făcute neapărat câte o lună fiecare. Trebuia însă indicat un timp. Important, înainte de orice, este să fie executate în ordinea arătată. Cine face exerciţiul al doilea înaintea primului nu are nici un folos. Căci importantă este tocmai ordinea. Unii cred chiar că ar trebui să înceapă cu al şaselea exerciţiu, cu armonizarea. Dar se poate armoniza ceva când nu ai ce? Cel ce nu vrea să facă exerciţiile în ordinea indicată, acela nu are nici un folos de pe urma lor. Ca şi cum, trebuind să faci şase paşi peste o punte, ai vrea să începi cu al şaselea; la fel de absurd este să vrei să începi cu al şaselea exerciţiu.

Apoi cei mai mulţi dintre noi au primit o *meditaţie de dimineaţă*. Trebuie făcută dimineaţa, devreme, la o oră stabilită şi pe care o respecţi cât mai riguros cu putinţă. Te adânceşti la început în cele şapte versuri. La unii dintre noi sună în felul următor:

> În razele curate de lumină
> Străluceşte divinitatea lumii!
> În iubirea pură faţă de toate fiinţele
> Radiază Dumnezeirea sufletului meu.
> Mă odihnesc în divinitatea lumii,
> Mă voi găsi pe mine însumi
> În Divinitatea lumii!

În timpul meditaţiei nu trebuie să speculezi asupra acestor şapte rânduri, ci să trăieşti pe de-a-ntregul în lăuntrul lor. Trebuie să ţi le reprezinţi destul de plastic. Astfel:

> *În razele pure ale luminii*

Te vei simţi scăldat de undele lucitoare ale luminii care străbat din toate părţile şi a căror strălucire ţi-o vei reprezenta cât mai limpede.

> *Străluceşte divinitatea lumii*

îţi închipui că Dumnezeu este cel ce radiază spre tine prin aceste raze; încerci să-L simţi şi să-L absorbi în tine.

> *În iubirea pură faţă de toate fiinţele*
> *Radiază dumnezeirea sufletului meu.*

îţi reprezinţi cum faci ca razele divine pe care le-ai absorbit, să radieze înapoi, spre fericirea tuturor fiinţelor.

Rândurile finale trebuie să trezească reprezentarea şi sentimentul că ai fi cu totul îmbăiat de razele Divinităţii şi că în ele te găseşti pe tine însuţi. Cine vrea să-şi reprezinte aceasta deosebit de plastic, poate să-şi imagineze şi un pom pe care l-a îndrăgit şi la care revine cu plăcere.

După aceste şapte rânduri ni s-a dat un cuvânt sau o propoziţie spre adâncire. Această concentrare pe o propoziţie sau un cuvânt, de pildă "tărie", este foarte importantă. Este un fel de parolă, de cuvânt energic, adecvat cu exactitate structurii sufleteşti a fiecărui ins. Trebuie să laşi acest cuvânt să sune în suflet aşa cum se întâmplă când loveşti un diapazon. Şi aşa cum tragi cu urechea la sunetul tot mai pierdut al diapazonului, tot astfel după cufundarea în cuvânt trebuie să-l laşi să răsune în suflet, să te dăruieşti celor produse în suflet prin acest cuvânt.

În încheiere te cufunzi încă pentru cinci minute în propriul tău ideal divin. Nu discutăm aici despre ce fel de ideal e vorba; este vorba numai de crearea unei juste dispoziţii sufleteşti. E indiferent dacă te gândeşti la învăţător sau la cerul înstelat. Au venit deja atei care credeau că nu au nici un ideal divin. Dar au putut fi îndreptaţi spre cerul înstelat care totuşi smulge fiecăruia un sentiment de veneraţie şi devoţiune.

Cine a început odată să lucreze cu aceste exerciţii, acela trebuie să rămână la ele şi să nu le părăsească atunci când nu-i convine. Trupul astral şi cel eteric se obişnuiesc repede cu aceste exerciţii, şi când nu le capătă se revoltă. O întrerupere sau o încetare deplină a lor este în orice caz periculoasă.

Importantă este şi *retrospectiva de seară*. Ea trebuie făcută de la sfârşit spre început, ca să ne obişnuim cu modul de percepere al planului

astral. În timpul retrospectivei trebuie să-ţi reprezinţi totul cât se poate de plastic. La început, firește, dacă ai avut să zicem optzeci de evenimente şi trăiri, nu poţi să nu le evoci plastic pe toate optzeci în faţa sufletului. De aceea trebuie să procedezi la o selecţie înţeleaptă până ce, în fine, întreaga viaţă a unei zile ajunge să se desfăşoare în faţa ta ca un tablou. Importante sunt iarăşi micile acţiuni nesemnificative căci tocmai sforţarea e aceea care trezeşte forţele sufletului.

Note sumare de la lecţia esoterică de la Berlin, din 9 octombrie 1907 [Nota 23]

ÎNSEMNĂTATEA ANULUI 1879
DISCUTAREA UNEI FORMULE DE MEDITAŢIE

Tot ce este enunţat într-o lecţie esoterică ne este nemijlocit transmis de către învăţători, şi acela care vorbeşte este numai un instrument al intenţiilor lor.

Deosebirea între o lecţie exoterică şi una esoterică constă în aceea că acolo se asimilează o învăţătură, cunoştinţe, aici se *trăieşte* ceva. Învăţătorii vorbesc neîncetat oamenilor, însă numai cei pregătiţi pot să le audă vocea, cei al căror suflet este deschis pentru ca învăţătorii să găsească acces la ei. Munca esoterică este de cea mai mare însemnătate pentru dezvoltarea lumii, dar în acelaşi timp, şi pentru omul care se află în cea mai simplă situaţie socială.

Anul 1879 deschide o epocă de cea mai mare importanţă în dezvoltarea omenirii printr-un eveniment care s-a petrecut pe planul astral; de atunci cultura noastră a luat o altă direcţie.

În 1250 a început un curent spiritual care şi-a atins apogeul în 1459 [Nota 28]: când Christian Rosenkreutz a fost ridicat la rangul de cavaler al crucii cu trandafiri. Începu atunci (1510) epoca numită în ocultism epoca lui *Gabriel*. În 1879 a început epoca lui *Mihaiel*; cea care va urma se numeşte epoca lui *Orifiel*. Mari lupte îi vor răscoli pe oameni; de aceea este pregătit acum un mic grup pentru ca în acea epocă întunecată să facă să strălucească făclia cunoaşterii spirituale. (v. nota 28)

Discutarea formulei de meditaţie: "În razele pure ale luminii". Reprezentarea imaginativă a momentelor alcătuitoare:

În razele pure ale luminii
Străluceşte divinitatea lumii.

Aici divinitatea se revarsă ca lumină argintie şi strălucitoare a lunii peste lumea exterioară: ne simţim ca pătrunşi şi scăldaţi de această lumină.

În iubirea pură faţă de toate fiinţele
Radiază Dumnezeirea sufletului meu.

După identificarea cu lumea înconjurătoare, unde am încercat să recunoaştem Divinitatea, ne cufundăm în propriul nostru interiorior, iar prin iubirea care ne uneşte cu toate fiinţele, găsim relaţia cu Divinitatea şi simţim Dumnezeirea propriului nostru suflet.

Mă odihnesc în Divinitatea lumii.

Cuvântul *odihnă* are o putere magică: acela căruia îi reuşeşte să se concentreze în acest cuvânt şi să-l lase să acţioneze asupra sa, acela simte cum este străbătut cu totul de un sentiment de linişte şi pace. Găsim în interiorul nostru această linişte şi această pace când ne simţim în relaţie cu Dumnezeu: liniştea ne înconjoară, ne pătrunde.

Mă voi găsi pe mine însumi
În Divinitatea lumii.

Şi acum apare în noi reprezentarea ca a unui punct luminos, a unei scântei strălucitoare care ne licăreşte din depărtare şi spre care tindem ▮ şi în care ne vom găsi în sânul Divinităţii.

Note sumare de la lecţia esoterică de la München, din 16 ianuarie 1908 [Nota 29]

DESPRE PROCESUL RESPIRAŢIEI

În ultima noastră lecţie esoterică a fost vorba despre marile legităţi ale vieţii spirituale, aşa cum se relevează ele în decursul evoluţiei umane, despre marile puteri spirituale care guvernează tot ce se petrece pe planul fizic şi care se înlocuiesc reciproc în activitatea lor; astăzi vom vorbi într-un mod ceva mai intim despre legile vieţii spirituale aşa cum se desfăşoară ele chiar în lăuntrul omului.

Cel angrenat într-o educaţie ocultă este, într-un anumit sens, un om care aşteaptă, un căutător. El aşteaptă ca într-o bună zi să i se dezvăluie o nouă lume în afara aceleia pe care a perceput-o în mod obişnuit. El aşteaptă ca într-o bună zi să-şi poată spune: văd o nouă lume; văd ▮ printre toate obiectele şi fiinţele pe care le puteam percepe până acum în spaţiu ▮ o mulţime de entităţi spirituale care înainte îmi erau ascunse. Pentru ca acest lucru să devină cu totul limpede trebuie să evocaţi iarăşi în faţa sufletului cele şapte stări de conştienţă pe care omul le străbate în decursul dezvoltării sale. Prima stare de conştienţă prin care a trecut omul a fost un grad de conştienţă confuz, crepuscular, în care omul se simţea una cu Cosmosul; numim această stare existenţa saturneană. În existenţa solară amploarea conştienţei scăzu, dar deveni în schimb cu atât mai luminoasă. Când, după aceea, omul trecu prin existenţa lunară, conştienţa era asemănătoare celei pe care o trăim ▮ ca ultim rest ▮ în viaţa noastră de vis; era o conştienţă imaginativă, confuză. Aici, pe Pământ, avem conştienţa luminoasă de zi, care va rămâne când omul se va ridica iar la conştienţa imaginativă luminoasă. Mai departe, pe Jupiter, omul se va ridica la două stări încă şi mai înalte de conştienţă: cea inspirată şi cea intuitivă. Astfel conştienţa noastră luminoasă de zi stă la mijloc între conştienţa imaginativă confuză a lunii şi conştienţa imaginativă luminoasă a lui Jupiter. Şi ceea ce aşteaptă discipolul esoteric să i se descopere într-o zi este conştienţa jupiteriană. Fiecăruia dintre noi îi va veni odată această conştienţă, unuia mai devreme, altuia mai târziu, în funcţie de capacităţile sale, de gradul maturizării sale interioare.

Conştienţa jupiteriană există însă deja, incipient, în fiecare om. Într-un mod foarte plăpând, conştienţa viitoare e deja schiţată, numai că

omul nu şi-o poate explica. Într-o mare parte viaţa esoterică constă tocmai din aceea că elevul învaţă să interpreteze în mod just procesele subtile din el şi din ambianţa sa. Nici vechea conştienţă lunară nu a dispărut cu totul, ea supravieţuind prin ultimele rudimente. Cele două stări ale omului de azi, în care într-una e prezentă încă vechea conştienţă lunară şi în cealaltă deja noua conştienţă jupiteriană, sunt sentimentul de ruşine şi cel de frică. În sentimentul ruşinii, când sângele e împins spre periferia corpului, mai trăieşte un ultim rest al conştienţei lunare, iar în sentimentul fricii, când sângele se năpusteşte spre inimă ca să găsească acolo un centru solid de sprijin, se vesteşte conştienţa jupiteriană. Aşa înclină spre cele două părţi conştienţa de zi normală.

Când simţim ruşine în legătură cu ceva şi roşeaţa ruşinii ni se urcă în obraji, trăim ceva ce ne aminteşte de existenţa lunară. Reprezentaţi-vă un om lunar. El nu-şi spunea încă "eu", ci trăia într-o conştienţă imaginativă confuză, crepusculară, cu totul întreţesut în forţele şi entităţile astrale cu care se simţea a fi în unitate şi armonie. Încercaţi să vă închipuiţi, fraţilor şi surorilor, că într-o bună zi licăreşte la un asemenea om lunar deodată sentimentul: sunt un "Eu". Eu sunt diferit de ceilalţi, sunt o fiinţă de sine stătătoare şi toate celelalte fiinţe din jur mă privesc. ❙ Un uriaş sentiment al ruşinii l-ar fi cuprins de sus până jos pe întregul om lunar, ar fi încercat să dispară, să piară de ruşine, dacă ar fi trăit un asemenea sentiment prematur al eului. Aşa parcă am vrea şi noi, fraţii mei şi surorile mele, când ne năpădeşte un sentiment al ruşinii, să dispărem, să intrăm în pământ, să ne dizolvăm eul. Imaginaţi-vă cum era întreţesut vechiul om lunar în armonia cu entităţile şi forţele ambianţei sale. Când se apropia de el o fiinţă vrăjmaşă, nu se gândea, ci ştia instinctiv cum trebuie să se ferească. El acţiona dintr-un sentiment pe care ❙ dacă ar fi fost conştient ❙ l-ar fi putut exprima cam în felul următor: ştiu că legile lumii nu sunt orânduite în aşa fel încât acest animal sălbatic să mă sfâşie acum; ci armonia lumii este aşa încât trebuie să existe mijloace care să mă apere de duşman. ❙ Vechiul om lunar se afla deci nemijlocit în armonie cu forţele cosmosului. Dacă s-ar fi trezit în el un sentiment al eului, această armonie ar fi fost deranjată. Şi într-adevăr, de cum a început să străbată omul pe pământ, sentimentul eului l-a adus într-o tot mai mare disonanţă cu ambianţa. Clarvăzătorul aude cosmosul răsunând într-o impunătoare armonie, şi când compară cu ea sunetele care vin la el de la diferiţi oameni, constată că azi în toţi oamenii domneşte disonanţa; la unul mai mare, la altul mai mică, dar tot disonanţă rămâne. Iar datoria voastră este ca pe parcursul dezvoltării voastre să prefaceţi tot mai mult această disonanţă în armonie. Această disonanţă a apărut prin egoitate, dar ea a fost cu înţelepciune rânduită de către puterile spirituale care stăpânesc şi conduc cosmosul. Dacă oamenii ar fi rămas întotdeauna în armonie, n-ar fi ajuns niciodată la autonomie. Disonanţa a fost instituită pentru ca omul să-şi poată recâştiga armonia în mod liber, prin propria-i forţă. Sentimentul eului conştient de sine trebuia aşadar să se dezvolte mai întâi în contul armoniei interioare. Dacă vine apoi timpul în care începe să licărească conştienţa jupiteriană şi omul reintră în relaţie armonioasă cu forţele cosmosului, el va salva cu sine acest sentiment al eului în noua stare de conştienţă, aşa încât omul va fi atunci un eu de sine stătător şi se va afla totuşi în armonie cu cosmosul.

Am văzut că în sentimentul de frică se anunţă deja noua conştienţă jupiteriană. Dar totdeauna când o stare viitoare începe să apară înainte de timp, este prematură şi nelalocul ei. Printr-un exemplu acest lucru vi se va limpezi. Când o floare, care după soiul ei trebuia să înflorească în august, este făcută să înflorească într-o seră deja în mai, în august, la timpul normal al înfloririi ei nu va mai da nici o floare; forţele ei vor fi epuizate şi nu se va mai potrivi cu condiţiile în care trebuia să intre. Şi chiar în mai, de îndată ce este dusă din seră, va trebui să piară, deoarece nu se potriveşte cu condiţiile naturale ale acestui anotimp. Tot aşa e şi cu sentimentul fricii. Nici el nu e azi la locul lui, şi va fi încă şi mai puţin în viitor. Ce se petrece când apare acest sentiment? Sângele se strânge în centrul omului, în inimă, ca să formeze acolo un centru solid, ca să-l facă pe om tare în faţa lumii din afară. Forţa cea mai dinlăuntru a eului este cea care provoacă aceasta. Această forţă a eului, care acţionează asupra sângelui trebuie să devină tot mai conştientă şi mai puternică, iar pe Jupiter omul va putea să-şi conducă cu totul conştient sângele spre centru şi să se facă mai puternic. Ceea ce e însă azi nefiresc şi nociv e sentimentul fricii, legat de această circulaţie a sângelui. În viitor el trebuie să nu mai existe; vor trebui să acţioneze doar forţele eului, fără frică.

În decursul dezvoltării umane lumea exterioară ne înconjoară într-un mod tot mai ostil. Tot mai mult trebuie să învăţaţi a opune forţa voastră interioară lumii năvălitoare din afară. Dar frica trebuie să dispară. Şi în mod deosebit celui angajat în disciplina esoterică îi este necesar, absolut necesar, să se elibereze de toate sentimentele de teamă şi frică. Teama are o îndreptăţire autentică numai acolo unde ne face atenţi că trebuie să devenim puternici, dar toate sentimentele nefireşti de teamă, care-l torturează pe om, trebuie să dispară cu desăvârşire. Ce s-ar întâmpla dacă omul ar continua să aibă sentimente de teamă când apare conştienţa jupiteriană? Acolo lumea exterioară se va opune omului într-un mod mult mai ostil şi mai înfricoşător decât azi. Un om care nu se dezobişnuieşte aici de teamă, va cădea acolo dintr-o spaimă cumplită în alta.

De pe acum se pregăteşte această stare în lumea exterioară. Şi ea i se va arăta omului şi mai limpede în acel groaznic timp care se va năpusti peste noi sub conducerea lui Orifiel, despre care v-am vorbit ultima oară. Atunci omul trebuie să fi învăţat să se ţină tare! Cultura noastră de azi creează ea însăşi acei monştri înspăimântători care-l vor ameninţa pe omul de pe Jupiter. Priviţi uriaşele maşini pe care tehnica omenească le construieşte cu atâta ingeniozitate! În ele omul îşi construieşte demonii care în viitor se vor dezlănţui asupra lui. Tot ceea ce omul îşi construieşte azi ca aparate şi maşini, în viitor va căpăta viaţă şi se va opune omului cu vrăjmăşie într-un mod îngrozitor. Tot ce a fost creat numai din principiul utilitarist, din egoismul individual sau colectiv, va fi în viitor duşmanul omului. Ne interesăm astăzi mult prea mult de folosul celor ce le facem. Dacă vrem să promovăm cu adevărat dezvoltarea nu trebuie să ne preocupe utilitatea ci îndeosebi nobleţea şi frumuseţea lucrurilor. Acţiunile noastre să nu pornească numai din principiul utilitarist, ci din bucuria pură pentru frumos. Tot ceea ce creează astăzi omul ca să-şi satisfacă necesitatea artistică, din iubirea curată pentru frumos, se va însufleţi, deasemenea, în viitor şi va contribui la dezvoltarea superioară a omului. Este teribil însă să trebuiască astăzi să vezi cum mii de oameni sunt îndemnaţi, din fragedă copilărie, să nu cunoască nici o altă activitate în afara aceleia pe care o duc de dragul folosului material, şi să fie rupţi toată viaţa de ce este frumos şi artistic. Şi cele mai sărace şcoli elementare ar trebui să atârne pe pereţi cele mai splendide opere de artă ❙ asta ar aduce o nesfârşită binecuvântare în dezvoltarea umană. Omul îşi construieşte singur viitorul. Poţi să-ţi faci o idee despre cum va fi pe Jupiter dacă înţelegi că astăzi nu există nimic absolut bun şi nimic absolut rău. În fiecare om binele şi răul este astăzi amestecat. Cel bun trebuie doar să-şi spună că are ceva mai mult bine în el decât cel rău, dar că nu este pe deplin bun. Pe Jupiter însă binele şi răul nu vor mai fi amestecate, ci oamenii se vor împărţi în oameni pe deplin buni şi pe deplin răi. Şi tot ce cultivăm azi ca frumos şi nobil slujeşte la întărirea binelui pe Jupiter, iar tot ceea ce se face din punctul de vedre al egoismului şi utilitarismului, consolidează răul.

Pentru ca omul să fie cu totul fortificat în faţa puterilor rele ale viitorului, trebuie să intre în posesia forţei celei mai lăuntrice a eului său, trebuie să-şi poată regla conştient sângele în aşa fel încât acesta să-l facă puternic în faţa vrăşmaşului, dar fără nici o teamă. Forţa care poartă sângele în interior trebuie s-o aibă în stăpânirea sa. Dar nici cealaltă facultate, aceea de a împinge sângele de la inimă spre periferie, nu trebuie să se piardă pentru el. Căci starea jupiteriană va însemna, într-un fel, şi o întoarcere la vechea conştienţă lunară. Omul va intra iarăşi în armonie cu marile legi ale lumii şi se va simţi una cu ele. Va redobândi capacitatea să se unească cu marile puteri spirituale ale lumii, dar nu ca pe lună, inconştient şi crepuscular; pe Jupiter îşi va păstra mereu conştienţa luminoasă de zi şi sentimentul conştient de sine al eului şi totuşi va trăi în armonie cu forţele şi legile lumii. Disonanţa va fi prefăcută atunci în armonie. Iar ca să se poată vărsa în armonia universului, trebuie să poată face în mod conştient ca cea mai intimă forţă a Eului său să radieze din inimă spre afară. Aşadar trebuie să poată centraliza în mod conştient forţele interioare ale sângelui, când îi apare în cale un duşman, şi trebuie să le poată şi iradia conştient. Numai atunci va fi ajuns să corespundă condiţiilor viitoare.

Cel care tinde spre o dezvoltare interioară trebuie să înceapă încă de azi să intre, treptat, din ce în ce mai mult, în posesia acestor forţe. O face prin aceea că învaţă să inspire şi să expire conştient. Când omul inspiră suflul, intră în activitate forţele eului care îl pun în relaţie cu forţele cosmosului, adică acele forţe care iradiază din inimă spre afară. Iar când omul dă afară suflul şi se abţine să respire, intră în activitate acele forţe ale eului care pătrund spre centru, spre inimă şi îi creează acolo un centru stabil. Aşa învaţă discipolul încă de azi, dacă îşi face conştient exerciţiile de respiraţie în acest fel, să devină treptat stăpân pe forţele Eului său. Să nu creadă însă nimeni că-i este îngăduit să întreprindă independent astfel de exerciţii înainte de a fi căpătat indicaţii în privinţa aceasta. Fiecare le va primi la timp. Dar chiar şi pentru cel care nu face încă asemenea exerciţii, nu este niciodată prematur să se familiarizeze cu sensul acestor exerciţii şi să dobândească înţelegere pentru aceste lucruri. Cu atât mai rodnice vor fi ele mai târziu. Aşa trebuie, fraţilor şi surorilor, să căpătaţi tot mai multă înţelegere şi pentru procesele subtile care se petrec în voi şi în întreaga lume, integrându-vă treptat în perioadele viitoare ale dezvoltării umane.

Din expunerea făcută pe aceeaşi temă în 26 Ianuarie 1908 la Berlin au fost reţinute următoarele: [Nota 30]

Când inspirăm adânc şi reţinem suflarea, recapitulăm o parte a stării lunare. Când lăsăm însă suflul afară, avem în aceasta o parte a stării jupiteriene. De acestea depinde dacă discipolul ocult primeşte fie exerciţii în care trebuie să păstreze suflul înlăuntru, deoarece el are de trecut într-o anumită măsură prin starea lunară, fie exerciţii în care trebuie să lase suflul afară deoarece, în felul acesta, poate atinge starea jupiteriană. Fiecare trebuie să aibă un regim individual.

Ştim că curentul omenirii se împarte de pe acum în două părţi: una care trece în bine, în ceea ce este moral, şi alta care se termină prin ceva îngrozitor, prin rău. Aceste stări se pregătesc încă de pe acum, germenii există deja. Astfel, tot ce există astăzi în lume ca maşini, instrumente şi sunt puse în mişcare, vor deveni pe Jupiter demoni cumpliţi, înspăimântători. Tot ceea ce slujeşte doar principiului utilitar va căpăta anvergura unor asemenea puteri înfricoşătoare. Acest proces poate fi paralizat dacă facem ca aceste aparate utilitare, pe lângă folosul pe care îl aduc, să vestească, înainte de toate, frumosul, divinul. E foarte bine să ştim acest lucru. Altminteri asemenea forţe ar sfâşia cândva Pământul. Vedem de asemenea cât de important este ca în educaţia copilului să-l înconjurăm pe acesta cu impresii artistice. Arta te face liber. Şi locomotiva trebuie transformată cândva într-o maşină care să fie frumoasă. Sentimentele noastre de teamă, de frică sunt hrană pentru alte entităţi rele. Nu trebuie să lăsăm să apară asemenea gânduri. Căci pe Jupiter astfel de demoni ne vor împresura în număr mult mai mare decât acum. Dar n-are a se teme în privinţa aceasta cel care-şi păstrează, ca om înţelept, învelişul curat, în aşa fel încât muştele să nu se poată aduna în jurul murdăriei.

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

IV
LĂMURIRI ÎN LECŢIILE ESOTERICE

Lecţie esoterică de la Berlin, din 24 Octombrie 1905 [Nota 22]

Unica redactare de către Rudolf Steiner a unei lecţii esoterice

Aforismul:

Mai strălucitoare decât Soarele
Mai curată decât zăpada
Mai subtilă decât eterul
Este Sinea,
Spiritul din inima mea.
Această sine sunt eu,
Eu sunt această sine.

Strahlender als die Sonne
Reiner als der Schnee
Feiner als der Äther
Ist das Selbst,
Der Geist in meinem Herzen.
Dies Selbst bin Ich,
Ich bin dies Selbst.

ne înalţă în fiecare dimineaţă spre sinea noastră superioară. Asemenea aforisme n-au fost născocite prin capriciul unei personalităţi ci au fost scoase din lumea spirituală. De aceea ele conţin mai mult decât se crede de obicei. Şi gândeşte despre ele în mod just cel ce presupune că niciodată nu va fi posibil să le sondeze conţinutul până la capăt, ci să descopere tot mai multe aspecte pe măsură ce se adânceşte în ele tot mai mult. De aceea şcoala esoterică poate să dea numai unele indicaţii singulare despre felul în care trebuie căutat conţinutul. Asemenea indicaţii vor fi comunicate în cele ce urmează.

Mai strălucitoare decât soarele

Omul vede obiectele din jurul său doar când acestea sunt luminate de soare. Ceea ce le face vizibile sunt razele de soare reflectate de ele în ochiul privitorului. Dacă nu ar fi lumină, lucrurile nu ar fi vizibile. Dar prin această lumină exterioară devin vizibile numai obiectele lumii fizice. Dacă vrea să vadă fiinţele şi lucrurile sufleteşti şi spirituale, trebuie să-I lumineze omului o lumină "mai strălucitoare decât soarele". Această lumină nu provine de la vreun soare exterior. Ea porneşte de la izvorul de lumină pe care-l aprindem în noi înşine când pornim în căutarea sinei superioare, veşnice din lăuntrul nostru. Această sine superioară e de altă obârşie decât sinea inferioară. Această din urmă percepe ambianţa cotidiană. Dar ceea ce trăieşte în această ambianţă cotidiană a luat naştere odată şi va trece. Cele ce simţim prin intermediul lor nu au, în sine, decât o valoare trecătoare. Şi din asemenea percepţii şi din gândurile apărute în legătură cu ele este construită sinea noastră trecătoare. Toate lucrurile care devin vizibile prin soare, nu au existat cândva în trecut, şi cândva, în viitor, nu vor mai exista. Chiar şi soarele a luat naştere cândva şi într-o bună zi va trece. Dar sufletul există tocmai pentru ca să recunoască veşnicul din lucruri. Cândva, când întregul pământ nu va mai exista, vor continua să existe sufletele care au locuit pe el. Şi ce au trăit aceste suflete pe pământ, vor duce ca amintire înspre alte locuri. E ca şi când un om mi-ar fi făcut un bine. Fapta trece. Dar ceea ce a sădit sufletul meu prin ea, asta rămâne. Iar legătura de iubire care m-a legat de el prin aceasta, nu trece. Ceea ce trăim este mereu izvorul a ceva ce rămâne în noi. Noi înşine scoatem astfel din lucruri ceea ce rămâne şi ducem în eternitate. Iar când oamenii vor fi transplantaţi odată pe o cu totul altă scenă, vor aduce cu ei cea ce au adunat aici. Iar faptele lor din noua lume vor fi ţesute din amintirea celei vechi. Căci nu există sământă care să nu dea fruct. Dacă suntem legaţi de un om prin iubire, această iubire este o sământă al cărei fruct îl trăim în întregul viitor, deoarece cu un asemenea om mergem împreună în întregul viitor. Trăieşte astfel în noi ceva ce e întreţesut cu puterea divină, care leagă toate lucrurile într-o ţesătură cosmică eternă. Acest " ceva " este sinea noastră superioară. Şi *aceasta* e "mai strălucitoare decât soarele". Lumina soarelui îl luminează pe om doar din afară. Soarele meu sufletesc îl luminează din interior. De aceea este mai strălucitor decât soarele.

Mai curată decât zăpada

Orice lucru este în sine curat. Se murdăreşte doar când e unit cu altul cu care nu trebuie să se unească aşa. Apa în sine este curată. Dar şi ceea ce este conţinut în apă ca murdărie ar putea fi curat dacă ar fi în sine, dacă nu s-ar fi fost unit cu apa într-un mod neadecvat. Cărbunele în sine este curat. Devine murdărie numai dacă se uneşte cu apa într-un mod necorespunzător. Acum, dacă apa îşi ia forma proprie în cristalul de zăpadă, se separă de toate cele ce s-au unit cu ea într-un mod neadecvat. Aşa se curăţă sufletul omenesc când se separă de tot ce s-a unit cu el în chip nefiresc. Iar de el ţine ceea ce este divin, nepieritor. Fiecare ideal, fiecare gând la ceva mare şi frumos aparţin formei lăuntrice a sufletului. Şi când se concentrează asupra unor asemenea idealuri, asupra unor asemenea gânduri, atunci se curăţă precum apa când devine cristal de zăpadă. Şi deoarece spiritualul este mai pur decât orice substanţă, se poate spune că "sinea

superioară", adică sufletul care trăieşte în înalturi, este "mai curată decât zăpada ".

Mai subtilă decât eterul

Eterul este cea mai subtilă substanţă. Dar *orice* substanţă este încă densă în raport cu sufletul. Nu *densul* este ce rămâne, ci "subtilul". Piatra, la care gândeşti ca la o substanţă, piere ca substanţă. Însă *gândul* despre piatră, care trăieşte în suflet, rămâne. Dumnezeu a gândit acest gând. Şi, din el a făcut piatra solidă. După cum gheaţa este doar apă solidificată, tot aşa piatra este un gând solidificat al lui Dumnezeu. Toate lucrurile sunt astfel de gânduri solidificate ale lui Dumnezeu. "Sinea superioară" dizolvă însă toate lucrurile, şi în ea trăiesc atunci gândurile divine. Iar dacă sinea e ţesută de asemenea gânduri divine, atunci e "mai subtilă decât eterul".

Spiritul din inima mea

Abia atunci a priceput omul un lucru când l-a cuprins cu inima. Intelectul şi raţiunea sunt doar mijlocitorii pentru înţelegerea cu inima. Prin intelect şi raţiune pătrunzi în gânduri divine. Dar dacă ai astfel gândul, trebuie să înveţi a-l *iubi*. Omul învaţă încetul cu încetul să iubească toate lucrurile. Asta nu înseamnă că inima sa trebuie să se ataşeze fără discernământ de toate câte îi ies în cale. Căci experienţa noastră este mai întâi de toate înşelătoare. Când însă te străduieşti să cauţi într-o fiinţă sau un lucru baza lor divină, începi atunci să le şi iubeşti. Dacă am în faţa mea un om ticălos, nu ticăloşia sa trebuie s-o iubesc. N-aş face decât să mă înşel şi nici pe el nu l-aş ajuta. Dacă mă gândesc la felul în care a ajuns acest om în ticăloşie şi îi stau alături pentru a ieşi din ea, atunci îl ajut, iar eu răzbat la adevăr. Trebuie să caut pretutindeni felul în care pot iubi. Dumnezeu e în toate lucrurile, dar acest dumnezeiesc dintr-un lucru trebuie mai întâi să-l caut. Nu latura exterioară a unei fiinţe sau a unui lucru trebuie s-o iubesc necondiţionat, căci aceasta este înşelătoare şi uşor aş putea ajunge să iubesc eroarea. Dar în spatele oricărei iluzii se află adevărul, iar acesta poate fi totdeauna iubit. Iar când inima caută iubirea adevărului în toate fiinţele, atunci trăieşte "spiritul din inimă". Această iubire e veşmântul pe care sufletul trebuie totdeauna să-l poarte. Atunci el însuşi ţese dumnezeiescul în lucruri.

*

Membrii şcolii trebuie să se folosească de minutele libere ale zilei pentru a lega asemenea gânduri de aforismele înţelepciunii divine, pe care ni le-au dat maeştrii, dintr-o incomensurabilă experienţă de lume. Niciodată să nu creadă că au înţeles complet un asemenea aforism, ci să presupună întotdeauna că în el se află totdeauna mult mai multe decât au găsit ei. Printr-o asemenea atitudine se dobândeşte sentimentul că în orice adevărată înţelepciune stă cheia infinitului, iar printr-un asemenea fel de a gândi te uneşti cu acest infinit.

*

Nu este important să meditezi multe propoziţii, ci să laşi puţinul iarăşi şi iarăşi să trăiască în sufletul adus la linişte.

Nu trebuie să speculezi prea mult în timpul meditaţiei ci să laşi liniştit să acţioneze asupra ta conţinutul propoziţiilor de meditat. Dar în afara meditaţiei, în momentele libere ale zilei, trebuie să revii necontenit la conţinutul propoziţiilor de meditat şi să vezi ce reflecţii poţi extrage din ele. Acestea devin atunci o forţă plină de viaţă care se coboară în suflet făcându-l tare şi puternic. Căci atunci când sufletul se uneşte cu adevărul veşnic, trăieşte el însuşi în veşnicie. Iar când sufletul trăieşte în veşnicie, entităţile superioare au acces la el şi pot coborî în el propria lor forţă.

Note de la lecţia esoterică de la Berlin din Vinerea Mare, 13 aprilie 1906 [Nota 23]

DESPRE UNIREA IMAGINII CU PROTOTIPUL
AUM ŞI GÂNDUL PASCAL

Tot ce este fizic în jurul nostru ia naştere şi trece, numai prototipurile lucrurilor nu se nasc şi pier; ele n-au fost create şi nu pier, sunt veşnice. Pământul fizic ia naştere şi trece, dar prototipul pământului nu ia naştere şi nu trece. Prototipul pământului e veşnic. Iar în prototipul pământului sunt cuprinse toate prototipurile lumii fizice. Precum prototipul pământului, nici ele nu iau naştere şi nu pier: sunt veşnice. După cum pământul are prototipul său veşnic, tot aşa fiecare mineral, fiecare plantă, fiecare animal, fiecare om îl are pe al său, care străluceşte din veşnicie întru frumuseţe şi splendoare. Omul trebuie necontenit să înveţe a se uni cu prototipurile lucrurilor. Către ele trebuie să se ridice. Învaţă să se unească cu ele trăind amintirea. Când discipolul priveşte în retrospectiva de seară asupra zilei care s-a scurs, şi îşi aminteşte scenele zilei, bucuriile şi necazurile trăite, când amintirea face să se perinde din nou prin suflet bucuriile şi necazurile legate de evenimentele zilei, atunci el se pune în legătură cu acea viaţă care rămâne, care continuă să fie prezentă chiar şi fără expresia ei materială. Omul trebuie să-şi evoce prin fantezie evenimentele din viaţa sa şi a celorlalţi, lăsând ca în sufletul său să curgă bucuria şi durerea care însoţeau evenimentele: prin aceasta învaţă să se ridice la entităţile care se încorporează în bucurie şi durere, învaţă să trăiască conştient în lumea sufletească. Suntem statornic înconjuraţi de asemenea entităţi. Atunci înveţi să le percepi.

Dacă încercăm să ne chemăm în amintire evenimente trăite de noi în trecut, este altceva decât dacă evocăm evenimente despre care am citit sau auzit. Deosebirea este că la primele am participat cu sinea noastră. Şi acesta este lucrul important Este bine să exersăm evocarea în amintire a trăirilor din trecutul nostru. O durere, o bucurie pe care le-am simţit cândva, arată în amintire cu totul altfel în prezent decât odinioară. Prin această aducere aminte ne apropiem de adevărata cunoaştere. Vedem lucrurile cum sunt în realitate, dacă izbutim să simţim cu adevărat o durere sau o bucurie pe care nu le avem. Dacă suntem capabili să facem ca în noi să se ridice imagini ale celor pe care acum nu le vedem, ne apropiem, prin aceasta, de Divinitatea creatoare.

Asemenea învăţături le erau date discipolilor în şcolile rozecruciene. Ei trebuiau să aducă din proprie iniţiativă în suflet, fără realitatea lor brutală, bucuria şi tristeţea legate de evenimente anterioare ale vieţii. Dacă laşi să se ridice în suflet, în acest fel bucurie şi tristeţe, trezeşti organele sufleteşti. Celui care nu putea încă singur să le aducă, iniţiaţii, ca să-i trezească organele sufleteşti, îi prezentau imagini dramatice, scene din viaţa omenească, prin care omul învaţă să simtă şi fără realitatea brutală, ceea ce de obicei este legat de evenimentele înseşi. Asta e ceea ce rămâne din evenimente în lume. La asta trebuie omul să înveţe să se avânte.

Omul îşi va aminti de existenţe pământeşti anterioare în măsura în care a învăţat să recunoască veşnicul din lucruri şi aduce el însuşi în lume elemente de veşnicie.

Discipolul yoga face exerciţii de respiraţie. Respiraţia omului obişnuit este neregulată, neritmică. Discipolul yoghin învaţă să-şi ritmeze respiraţia. Respiraţia neritmică este de fapt ucigătoare. Prin suflul pe care-l exală, omul ucide. Îşi aduce moarte sieşi şi altora atâta timp cât respiraţia nu a devenit ritmică şi plină de viaţă, prin exerciţiu yoga. Prin respiraţia ritmică, respiraţia omului devine şi individuală. La sălbatici acţiunile sunt slab individualizate. Cu cât omul urcă mai sus în dezvoltarea sa, cu atât acţiunile sale vor purta o pecete mai individuală. Dar

la toţi oamenii dezvoltaţi, şi respiraţia este la fel; acum omul trebuie să înveţe să-şi individualizeze suflul. Prin aceasta, în procesul respiraţiei, se introduce pe sine tot mai mult în mod caracteristic în lumea înconjurătoare. Cât prelucrează din el în lumea înconjurătoare prin respiraţie, atât supravieţuieşte din el ca veşnic, netrecător, atât va regăsi din sine în toate încarnările ulterioare. Prin procesul respirator ritmic el transformă lumea şi conlucrează astfel la săvârşirea proceselor cosmice. Participă la creaţie pe Pământ.

În timp ce suflul omului obişnuit ucide, suflul omului purificat aduce viaţă lumii înconjurătoare. Aerul din oraşe este mai rău nu numai pentru că este murdărit de tot felul de lucruri fizice, ci şi pentru că-l strică respiraţia neritmică, nepurificată a oamenilor. Aerul din oraşe este plin de substanţe otrăvitoare datorită imoralităţii oamenilor. La ţară aerul e mai curat decât la oraşe. Acolo oamenii mai duc o încă viaţă mai simplă, mai ritmică, într-o linişte mai mare. În timp ce, în oraşe, omul este plin cu gânduri despre tot felul de lucruri care se învălmăşesc în viaţa lui făcând-o neritmică, omul de la ţară se obişnuieşte să-şi adapteze viaţa la cursul ritmic al naturii, al devenirii şi trecerii, la ritmul anotimpurilor. În corelaţie cu natura, el întreprinde în fiecare an, în anumite perioade, anumite munci şi prin aceasta se pune în legătură mult mai strânsă cu marile legi ale lumii decât o face orăşeanul, care nu ţine deloc seama de aceste legi ale lumii. Prin această integrare ritmică în cursul vieţii lumii, cel ce trăieşte la ţară aduce ritmicitatea şi în viaţa sa. Printr-un asemenea ritm, şi aerul pe care-l respiră devine mai ritmic, mai curat şi mai bun.

Plantele răspândesc aer curat. Ele sunt curate, fără pofte, altruiste; de aceea ne simţim aşa de bine în lumea plantelor!; din ea se revarsă viaţă. Dar omul obişnuit aduce moarte ambianţei prin suflul său. Printr-o viaţă curată morală, altruistă, omul trebuie să-şi transforme suflarea într-una pură, plină de viaţă şi s-o ritmizeze prin exerciţii yoga. Apoi trebuie să înveţe să-şi reverse individualitatea în suflu, s-o întipărească asupra lumii: prin aceasta dă viaţă ambianţei. Printr-o educaţie continuă de acest fel yoghinul învaţă să plutească deasupra fizicului, să trăiască pe planul veşniciei. Prin aceasta se ridică până la prototipurile eterne, nepieritoare, ale lucrurilor; care nu se nasc şi nu pier; se uneşte şi cu propriul său prototip. Fizic, omul se naşte şi piere; dar pentru fiecare om există un prototip; acesta este veşnic.

Dacă yoghinul învaţă să se unească cu prototipurile, s-a înălţat în lumea veşnică a spiritului; pluteşte deasupra efemerului. Aceasta este starea despre care se spune că yoghinul se odihneşte între aripile marii păsări, ale lebedei, ale lui AUM!

AUM este trecerea înapoi, de la imagini la prototip, dizolvarea în nepieritor. Dizolvarea în veşnic, unirea cu prototipurile este exprimată în această mantră din Upanişade:

> Yasm jatam jagat sarvam, yasminn eva praliyate
> Yenedam dhriyate caiva, tasmai jnanatmane namah.

E ceea ce poate fi găsit şi în gândul pascal. Este învierea omului din înrobirea lui de cele trecătoare şi materiale, în regiunile veşnice ale prototipurilor. Natura slujeşte ca simbol pentru aceasta. După cum, la Paşti, din pământ încolţeşte pretutindeni viaţă nouă, după ce sământa s-a jertfit şi a putrezit în pământ pentru a da noii vieţi posibilitatea de a lua naştere, tot aşa trebuie să moară toate cele inferioare din om. El trebuie să sacrifice natura inferioară pentru ca să se poată ridica la prototipurile veşnice ale lucrurilor. De aceea şi creştinătatea sărbătoreşte în acest anotimp al trezirii naturii din somnul iernii, moartea şi învierea Mântuitorului.

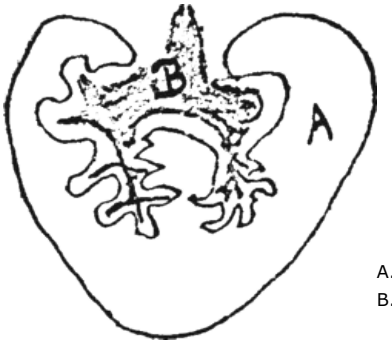
Şi omul trebuie mai întâi să moară pentru ca apoi să trăiască învierea întru spirit. Numai cel ce învinge ataşarea de lucrurile trecătoare poate deveni el însuşi nepieritor ca şi prototipurile veşnice, numai acela se poate odihni între aripile marii păsări Aum. Omul devine atunci un împreună-lucrător la progresul lumii. Participă la transformarea ei în vederea unei existenţe viitoare; din lăuntrul său cel mai profund acţionează atunci magic asupra lumii.

> Sine originară, din care am ieşit,
> Sine originară, care trăieşte în toate lucrurile,
> La Tine, Sine originară, venim înapoi.
>
> Urselbst, von dem wir ausgegangen sind,
> Urselbst, welches in allen Dingen lebt,
> Zu dir, du höheres Selbst, kehren wir zurück.

Note de la lecţia esoterică de la Berlin, din 2 Octombrie 1906 [Nota 24]

DESPRE CONSTITUIREA TRUPULUI SPIRITUAL PRIN MEDITAŢIE

Într-un sens modest trebuie să ne înalţe totuşi faptul că am fost consideraţi vrednici de a lua parte la şcoala esoterică. Nu din întâmplare am ajuns aici. Faptul că am căutat-o, că am fost lăsaţi să intrăm este o dovadă că această năzuinţă trăia în noi de mai multe vieţi. Lumea din afară nu ne mai poate mulţumi, nu ne putem dedica ei. Dacă am fi putut, n-am fi căutat drumul care ducea aici. Lumea de afară reprezintă deplina înflorire a celei de a cincea subrase; alături de această înflorire se arată deja zorii celei de a şasea zile sau celei de a şasea subrase. Aceasta va fi una mult mai spirituală; trupul spiritual va fi mult mai dezvoltat. Ea va fi preînflorirea a ceea ce se va dezvolta pe deplin în a şasea rasă originară. - Noi, cei care suntem în şcoala esoterică, aparţinem acestor zori a celei de-a şasea zi; îl urmăm şi îl slujim pe marele maestru care supraveghează constituirea ei; misiunea noastră este să creăm şi să naştem din noi acest trup spiritual. Trupul nostru fizic nu este eul nostru; nu trebuie să ne identificăm cu el. Aşa cum este acum, cu această soliditate minerală, l-am primit ca un instrument pentru misiunile celei de-a cincea rase originare. Trebuie să-l folosim şi să-l formăm ca pe un instrument; eul nostru trebuie să aibă putere asupra lui. Înainte vreme, eul nostru avea un instrument de alt gen; trupul celei de-a patra rase originare, a celei atlanteene, care nu cunoştea încă separarea dintre soare şi ploaie, care se mişca prin ceaţă unduitoare, era în unele privinţe altfel constituit, dar eul nostru era acelaşi; încă şi mai diferite erau trupurile rasei lemuriene, îndeosebi în stadiile ei iniţiale, care se mişcau plutind în mediul acvatic şi aerian. Acelaşi eu lucra la ele. Trupul nostru fizic s-a născut din macrocosmos. Lumea exterioară l-a format; din trupul nostru fizic trebuie eul nostru să creeze trupul spiritual. Atma se numeşte trupul nostru spiritual. Atma înseamnă suflare. Prin respiraţia reglată în timpul meditaţiei ne construim trupul spiritual. Într-adevăr, cu fiecare respiraţie ne inspirăm sau ne expirăm eul.



A. Organismul fizic, trupul fizic, trupul eteric, trupul astral
B. Manas, Buddhi, Atma (Sinea spirituală…)

Acest desen ne ajută să ne reprezentăm ce se petrece de fapt. Noi formăm trupul spiritual în lăuntrul trupului exterior constituit de zei. Eul se revarsă în el cu fiecare inspiraţie şi iese iarăşi la expiraţie. În timp ce reglăm respiraţia şi ne concentrăm asupra unor diferite puncte ale corpului nostru, ne înzestrăm trupul spiritual cu forţele care sunt necesare construirii lui. Eul însuşi stă în directă legătură cu acel loc din regiunea frontală, situat puţin deasupra rădăcinii nasului, înăuntru; gândirea cu laringele, simţirea cu mâinile, voinţa cu picioarele şi în general cu partea corporală inferioară. Dacă străbatem corpul nostru cu aceste forţe prin respirarea reglată, clădim la trupul nostru spiritual.

În spirit se afla germenele trupului meu (v. pag. 80).

Note de la aceeaşi lecţie luată de la altă mână

Pe parcursul dezvoltării lui lăuntrice, discipolului îi sunt date anumite exerciţii prin care trebuie să cultive omul spiritual din el. Va întreprinde exerciţii respiratorii după indicaţia profesorului său. Aceste exerciţii au menirea să-l conducă spre spiritualizare. Omul are în el un organ care, atunci când inspiră, se umple cu aer, iar când expiră, se goleşte iarăşi de aer.

La inspiraţie, aerul pătrunde în acest organ până în cele mai fine ramificaţii. Acest organ este plămânul. În aer trăieşte spiritul omului. Când inspiră, el îşi absoarbe spiritul, când expiră, îşi exală spiritul. Spiritul omului se dezvoltă tot mai mult. Şi astfel spiritul omului se găseşte alternativ când în om, când în afara lui. Prin inspiraţie şi expiraţie este stimulată creşterea omului spiritual.

Este foarte important ce încredinţează omul spiritului său când expiră. Prin aceste gânduri se construieşte spiritul său. Omul îşi făureşte spiritul prin fiecare gând pe care-l încredinţează suflului său, pe care-l exală. Omul nu a avut dintotdeauna un organ pentru a inspira aerul. Dacă ne întoarcem în timp pe planetele anterioare, pe lună bunăoară, constatăm că acolo trăiau fiinţe care nu inspirau aer, ci foc. Şi după cum azi omul inspiră aer şi expiră dioxid de carbon, acolo fiinţele inspirau foc şi expirau răceală.

Va veni un timp când omul nu va mai inspira şi expira aer. După cum omul îşi pregăteşte singur căldura pe pământ prin organul căldurii, inima cu circulaţia sângelui, tot aşa va avea mai târziu, în interiorul său, un organ care-i va aproviziona organismul cu ceea ce preluăm acum din aer, precum organul căldurii ne aprovizionează acum cu căldură care înainte, pe lună, era absorbită şi inspirată de către fiinţe din lumea înconjurătoare. Oamenii vor putea prelucra ei aerul uzat, în viitor, în lăuntrul lor. Când acest stadiu va fi atins, ei nu vor mai lua aer din mediu, nu vor mai trăi atunci în aer. Într-o fază şi mai îndepărtată, pe Jupiter, oamenii vor trăi în lumină şi vor absorbi lumină, aşa cum absorb acum aer, şi cum pe lună au absorbit căldură.

Va veni odată, şi pe acest Pământ, timpul în care omul nu va mai trăi decât în spiritul său, când nu va mai avea nevoie de corp decât ca instrument; deja de pe acum se croieşte acest timp. Trăim în ziua a cincea a omenirii, în a cincea rasă şi perioadă de dezvoltare a Pământului nostru; dar în lumea spirituală au început deja să se ivească zorile celei de a şasea. Omenirea trăieşte deja în aurora celei de a şasea zile.

Note de la lecţia esoterică de la Berlin, din 14 Noiembrie 1906 [Nota 25]

TREZIREA OMULUI LA CONŞTIENŢA DE SINE

În aceste consideraţii urmează să fie lămurite mai îndeaproape exerciţiile pe care le au de făcut cei aflaţi în învăţarea esoterică. Pentru cel care nu are încă de executat asemenea exerciţii, aceste lămuriri îi vor fi o pregătire în vederea timpului când şi el le va avea de făcut. Marii maeştrii ai înţelepciunii şi ai armonizării sentimentelor ne călăuzesc în lupta noastră interioară pentru cunoaştere. ❙ Un exerciţiu cunoscut multora este acela care constă în a te concentra mai întâi asupra punctului de la rădăcina nasului, între sprâncene, în interiorul capului, apoi asupra punctului din interiorul laringelui, după aceea asupra punctului extins într-o linie care se extinde de la umeri spre braţe şi mâini, şi în sfârşit asupra unui punct şi mai extins, care se întinde asupra întregii suprafeţe corporale. În ştiinţa ocultă se vorbeşte de aceste linii şi suprafeţe tot ca despre puncte. Vrem să învăţăm să înţelegem mai bine acest exerciţiu.

Pentru acestea trebuie să mergem cu gândul mult înapoi şi să ne transpunem în timpul lemurian. Pământul arăta pe atunci cu totul altfel. Ceea ce este astăzi stâncă solidă, curgea ca apă. Nu exista încă aer în sensul actual, pământul era învăluit în aburi fierbinţi. Multe metale care astăzi sunt solide existau pe atunci ca vapori sau curgeau ca apa; atmosfera de aburi era străbătută de curenţi eterici ca azi de curenţi de aer. Pe acest pământ trăia deja omul. Era însă un fel de animal-peşte-pasăre care se deplasa plutind, înotând. Un eveniment important în devenirea omului a fost atunci că şi-a format o piele, prin care s-a despărţit de lumea înconjurătoare şi s-a transformat într-o fiinţă autonomă. Până atunci omul nu fusese despărţit de ambianţă, curenţii întregii lumi treceau prin el; acum însă se închise prin piele. Această închidere era pricinuită de un curent eteric determinat. După un anumit timp se petrecu un alt eveniment important. Omul se ridică şi dădu prin aceasta întregii sale acţiuni şi strădanii o anumită orientare. Înainte, corpul omului fusese orientat ca la animalul de azi. De abia acum putu omul să-şi formeze membrele dinainte, braţele şi mâinile aşa cum sunt azi, adică pentru muncă în adevăratul înţeles. De abia acum începu omul să lucreze de sine stătător, de abia acum îşi putu dezvolta o karmă individuală. Nici un animal nu poate asta. Numai o fiinţă cu mers vertical îşi creează propria karmă. Un al doilea curent eteric e cel care a produs această transformare. ❙ Un al treilea curent eteric avu ca urmare o a treia transformare importantă. Abia acum, când omul dezvoltă un mers vertical, s-au putut forma plămâni cum numai omul are, şi legat de ei, se formă, din delicate substanţe eterice, laringele. Acum se putu dezvolta treptat vorbirea omenească. ❙ Datorită unui al patrulea curent eteric se formă organul dintre sprâncene, la rădăcina nasului, şi abia prin aceasta se trezi omul la conştienţa de sine:

conştienţa de sine, căci înainte poseda doar sentimentul de sine.

Deci dacă îţi îndrepţi atenţia, intens şi energic, mereu numai asupra unuia dintre cele patru puncte, adică asupra rădăcinii nasului, sau asupra laringelui, sau asupra mâinilor şi braţelor, sau asupra întregii suprafeţe corporale, şi uneşti acest exerciţiu cu un anumit cuvânt, foarte precis, care este împărtăşit numai direct, de la învăţător la discipol, intri în legătură cu acel curent eteric, ce a produs prefacerea din corpul omenesc. Educaţia ocultă constă, înainte de toate, în aceea că devenim conştienţi de procesele care lucrează inconştient asupra corpului nostru. Trebuie să intrăm într-o relaţie conştientă cu forţele cosmice.

Când îţi încrucişezi mâinile în aşa fel încât dreapta stă peste stânga şi te concentrezi asupra mâinilor astfel împreunate, aducând în centrul conştienţei un anumit cuvânt, vei remarca în curând, presupunând că exerciţiul este făcut suficient de des, cu maximă energie şi răbdare că ambele mâini tind să se despartă şi că braţele se deschid cu totul de la sine. Este poziţia sfinţilor medievali. Şi acest exerciţiu îşi are importanţa lui determinată. Mereu trec curenţi eterici din cosmos prin corpul uman. Un asemenea curent pătrunde prin cap, trece de acolo în piciorul drept, apoi în mâna stângă, pe urmă în mâna dreaptă, după aceea în piciorul stâng şi de acolo iarăşi în cap. Dacă ne imaginăm omul stând cu braţele desfăcute în poziţia descrisă mai sus, curentul ne apare în forma pentagramei. Ar fi rău pentru om dacă curentul ar intra nu prin cap ci prin picioare. Prin picioare pătrund în corpul omenesc toate influenţele negative. Magicienii negrii se folosesc de aceasta. Dar acest curent circulă prin om nu numai atunci când omul se află în această poziţie specială, ci totdeauna, chiar şi când mâinile sunt împreunate sau un picior este îndoit. Există cinci felurite vibraţii eterice prin corpul omenesc. Una dintre ele circulă şi în substanţa solidă şi de aceea se numeşte deoarece poate străbate şi pământul compact "pământească".

Aceşti cinci curenţi circulă permanent prin om şi-l pun în legătură cu întregul cosmos.

Fiinţa umană este ţesută din spirit; ne-am născut din spirit, am coborât în materie, şi ne întoarcem iarăşi în spirit. Curenţii care erau activi asupra noastră la coborârea în materie, trebuie să ne devină conştienţi. Mergem înapoi pe acelaşi drum pe care am venit, dar conştient. Nu există o altă dezvoltare adevărată. Ceea ce aprindem deja în noi prin aceste exerciţii, omenirea generală va dezvolta abia în a şasea rasă originară. O rasă originară se numeşte în ştiinţa ocultă o zi a creaţiei. Ne aflăm în stadiul pregătirii celei de a şasea zi a creaţiei, suntem în zorii celei de a şasea zi a creaţiei. Coborârea din spirit, viaţa în materie şi reîntoarcerea în spirit, sunt exprimate prin trei litere:

A U M

Note de la lecţia esoterică de la München, din 6 Iunie 1907 [Nota 26]

TEMELIILE UNEI EDUCAŢII ESOTERICE

Trebuie să limpezim mai întâi care sunt de fapt principiile unei educaţii esoterice şi care este de fapt esenţa lor. Şcoala căreia îi aparţinem e organizată în aşa fel, încât în ea sunt diferite cercuri. Toţi cei proaspăt alăturaţi ei sunt "căutătorii". Cei care înaintează mai departe aparţin celor care "exersează". Iar de aceasta se leagă "educaţia" propriu-zisă. În aceste trei cercuri se împarte şcoala noastră. Am intrat cu toţii în şcoala esoterică pentru a ne dezvolta anumite organe lăuntrice care ne fac capabili să trăim noi înşine în lumile superioare. Dar cum pot fi dezvoltate asemenea organe în noi? Toate organele noastre au apărut datorită unei activităţi pe care noi am desfăşurat-o în trecut. Vom ilustra aceasta printr-un exemplu. Era un timp în care noi nu aveam încă ochi. Atunci omul se mişca plutind, înotând într-o mare originară apoasă. Pentru a se putea orienta dispunea de un organ care mai există azi doar ca un rudiment. E aşa zisa glandă pineală. Se află pe creştetul capului, spre interior. La anumite animale poate fi văzută încă dacă se ridică calota craniană. Cu acest organ omul din străvechime putea să perceapă dacă se apropia de un lucru folositor sau dăunător. Înainte de toate era însă un organ pentru perceperea căldurii sau frigului. Când soarele lumina pe atunci de sus pământul, omul nu putea să-l vadă, dar glanda pineală îl trăgea spre acele locuri ale mării unde soarele încălzea apa. Iar această căldură îi dădea o senzaţie de mare beatitudine. Omul zăbovea îndelung în asemenea locuri ale apei şi se deplasa departe pe suprafaţa apei pentru ca să poată rămâne sub razele soarelui. Iar ochii noştri de azi s-au format prin faptul că razele soarelui cădeau direct pe corpul lui. Două lucruri au fost aşadar necesare pentru ca ochii să poată apărea: trebuia, pe de o parte, ca soarele să lumineze de sus, iar pe de altă parte, şi ca oamenii să înoate spre acele locuri încălzite de soare şi să se expună soarelui. Dacă oamenii de odinioară nu ar fi făcut acest lucru ci şi-ar fi zis: nu vreau să dezvolt decât ceea ce se află deja în mine, şi-ar fi dezvoltat mai departe glanda pineală dându-i proporţii tot mai mari, monstruoase, dar nu ar fi dobândit ochi niciodată.

Tot aşa trebuie să ne închipuim şi dezvoltarea ochilor spirituali. Nu trebuie să spunem: lumile superioare se află deja în mine, trebuie doar să le dezvolt. Nici oameni aceia nu puteau dezvolta din ei soarele, ci numai organele cu care să-l poată vedea. Tot aşa şi noi, nu putem dezvolta din noi înşine lumile superioare, ci numai organele prin care putem vedea soarele spiritual, lumile spirituale. Şi niciodată nu ne vom putea dezvolta asemenea organe dacă, pe de o parte, soarele spiritual nu ne va lumina, iar pe de altă parte, dacă nu ne vom grăbi să ne expunem acestui soare pentru ca el să ne poată lumina. Locurile în care străluceşte pentru noi soarele spiritual sunt şcolile esoterice, şi toţi cei care sunt mânaţi spre ele, sunt atinşi de razele lui, dacă se comportă conform îndrumării şcolii.

Fiecare organ care a avut un trecut va avea şi un viitor. Şi glanda pineală va redeveni în viitor un organ important. Iar cei aflaţi în şcolile esoterice lucrează de pe acum la cultivarea ei. Exerciţiile care ni se dau acţionează nu numai asupra trupului astral şi eteric, ci şi asupra glandei pineale. Iar când acţiunea devine foarte energică, ea trece de la glanda pineală în vasele limfatice şi de acolo în sânge. Dar nu numai aceia care fac acum exerciţii oculte vor avea în viitor o glandă pineală dezvoltată, ci toţi oamenii. Iar la oamenii care vor constitui rasa cea rea, ea va fi un organ pentru cele mai negative şi îngrozitoare impulsuri şi va fi atât de mare încât va ocupa cea mai mare parte a corpului. După cum vezi o mulţime de muşte din depărtare ca roi, tot aşa atunci când pe pământ se vor perinda multe corpuri în formă de glandă, pământul însuşi, privit din spaţiul cosmic, va arăta ca o mare glandă. La aceia însă care şi-au cultivat glanda pineală într-un mod just, ea va fi un organ foarte nobil şi împlinit.

Vom cerceta acum mai de aproape exerciţiile ce ne sunt date, şi făcând aceasta să ne amintim că aceste exerciţii fac sufletele noastre receptive pentru razele solare spirituale.

Ca o pregătire pentru exerciţiile oculte propriu-zise slujesc cele şase exerciţii secundare. În cel ce li se dedică just, cu seriozitate şi râvnă, ele produc acea stare sufletească fundamentală, pentru ca exerciţiile oculte să poată da roadele cele bune.

1. *Controlul gândurilor*: zilnic, cel puţin câte cinci minute, fă-ţi timp liber şi reflectează la un gând cât se poate de lipsit de importanţă şi care nu te interesează câtuşi de puţin, legând logic tot ce se poate gândi asupra obiectului. Este important să fie un obiect nesemnificativ, deoarece ceea ce trezeşte calităţile sufleteşti adormite este tocmai constrângerea pe care trebuie să ţi-o impui pentru a-ţi menţine mult timp concentrarea asupra lui. După un anumit timp vei sesiza în suflet un sentiment de soliditate şi siguranţă. Dar nu trebuie să-ţi închipui că acest sentiment năvăleşte impetuos asupra ta. Nu, ceea ce trebuie să sesizezi este, dimpotrivă, un sentiment foarte delicat şi subtil. Cei

care afirmă că nu pot simţi absolut deloc în ei acest sentiment, seamănă foarte adesea cu cei care pornesc să caute un obiect foarte mic şi fin printre multe alte obiecte. Ei caută, ce-i drept, dar numai aşa, la suprafaţă, şi de aceea nu pot găsi micul obiect ci îl trec cu vederea. Trebuie, liniştit, să asculţi în tine; vei percepe atunci acest sentiment care apare mai cu seamă în partea de dinainte a capului. Când l-ai simţit acolo, varsă-l mental în creier şi în măduva spinării. Treptat începi să încerci senzaţia că din partea anterioară a capului pornesc raze până în măduva spinării.

2. *Iniţiativa acţiunii*: Pentru aceasta alege-ţi o acţiune imaginată în tine însuţi. Cine, de pildă, şi-a luat ca exerciţiu zilnic udarea unei flori, aşa cum stă scris în instrucţiuni ca exemplu, acela face ceva cu totul inutil. Căci acţiunea trebuie să pornească din proprie iniţiativă, deci trebuie s-o fi conceput tu însuţi. Atunci se face remarcat la acest exerciţiu un sentiment de: "pot realiza ceva", "sunt capabil de mai multe decât mai înainte", "simt impulsul spre activitate". Acest sentiment se resimte de fapt în întreaga parte superioară a corpului. Încerci apoi să-l faci să curgă spre inimă.

3. *A fi mai presus de bucurie şi suferinţă*: Îţi vine bunăoară odată să plângi. Atunci e momentul să faci acest exerciţiu. Te constrângi cu toată puterea să nu te laşi cuprins de plâns. Acelaşi lucru e valabil şi pentru râs. Străduieşte-te ca atunci când îţi vine să râzi, să nu cedezi râsului ci să rămâi liniştit. Nu înseamnă că nu mai trebuie să râzi, ci trebuie să te poţi stăpâni, să fi stăpân peste râs şi plâns. Şi dacă te-ai învins de câteva ori, încerci curând un sentiment de linişte şi calm. Lasă acest sentiment să curgă prin întregul corp, vărsându-l mai întâi din inimă în braţe şi în mâini, pentru ca prin mâini să iradieze în fapte. Îl laşi apoi să curgă spre picioare şi apoi spre cap. Acest exerciţiu cere o foarte serioasă autoobservare, pe care trebuie s-o efectuezi cel puţin un sfert de oră pe zi.

4. *Pozitivitatea*: În tot ce e rău trebuie să ştii a găsi grăuntele de bun, în tot ce e urât frumosul, şi chiar în fiecare răufăcător scânteia de divinitate. Capeţi atunci sentimentul că parcă te lărgeşti dincolo de pielea ta. Acest sentiment al dilatării este asemănător cu acela pe care îl are trupul eteric după moarte. Când încerci acest sentiment, lasă-l să iradieze prin ochi, urechi şi întreaga piele, mai ales prin ochi.

5. *Obiectivitatea*: Trebuie să rămâi mobil, să fi mereu capabil să asimilezi ceva nou. Dacă cineva ne povesteşte ceva ce ni se pare neverosimil, trebuie totuşi ca în inimă să rămână mereu un colţişor în care să ne spunem: s-ar putea totuşi să aibă dreptate. Ceea ce nu trebuie să ne tocească spiritul critic; putem verifica, desigur, cele aflate. Ne cuprinde atunci un sentiment ca şi cum ceva ar curge din afară în noi. Absorbim acest ceva prin ochi, urechi şi întreaga piele.

6. *Echilibrul*: Cele cinci trăiri anterioare trebuie acum aduse în armonie prin distribuirea echilibrată a atenţiei asupra lor.

Aceste exerciţii nu trebuie făcute neapărat câte o lună fiecare. Trebuia însă indicat un timp. Important, înainte de orice, este să fie executate în ordinea arătată. Cine face exerciţiul al doilea înaintea primului nu are nici un folos. Căci importantă este tocmai ordinea. Unii cred chiar că ar trebui să înceapă cu al şaselea exerciţiu, cu armonizarea. Dar se poate armoniza ceva când nu ai ce? Cel ce nu vrea să facă exerciţiile în ordinea indicată, acela nu are nici un folos de pe urma lor. Ca şi cum, trebuind să faci şase paşi peste o punte, ai vrea să începi cu al şaselea; la fel de absurd este să vrei să începi cu al şaselea exerciţiu.

Apoi cei mai mulţi dintre noi au primit o *meditaţie de dimineaţă*. Trebuie făcută dimineaţa, devreme, la o oră stabilită şi pe care o respecţi cât mai riguros cu putinţă. Te adânceşti la început în cele şapte versuri. La unii dintre noi sună în felul următor:

> În razele curate de lumină
> Străluceşte divinitatea lumii!
> În iubirea pură faţă de toate fiinţele
> Radiază Dumnezeirea sufletului meu.
> Mă odihnesc în divinitatea lumii,
> Mă voi găsi pe mine însumi
> În Divinitatea lumii!

În timpul meditaţiei nu trebuie să speculezi asupra acestor şapte rânduri, ci să trăieşti pe de-a-ntregul în lăuntrul lor. Trebuie să ţi le reprezinţi destul de plastic. Astfel:

> *În razele pure ale luminii*

Te vei simţi scăldat de undele lucitoare ale luminii care străbat din toate părţile şi a căror strălucire ţi-o vei reprezenta cât mai limpede.

> *Străluceşte divinitatea lumii*

îţi închipui că Dumnezeu este cel ce radiază spre tine prin aceste raze; încerci să-L simţi şi să-L absorbi în tine.

> *În iubirea pură faţă de toate fiinţele*
> *Radiază dumnezeirea sufletului meu.*

îţi reprezinţi cum faci ca razele divine pe care le-ai absorbit, să radieze înapoi, spre fericirea tuturor fiinţelor.

Rândurile finale trebuie să trezească reprezentarea şi sentimentul că ai fi cu totul îmbăiat de razele Divinităţii şi că în ele te găseşti pe tine însuţi. Cine vrea să-şi reprezinte aceasta deosebit de plastic, poate să-şi imagineze şi un pom pe care l-a îndrăgit şi la care revine cu plăcere.

După aceste şapte rânduri ni s-a dat un cuvânt sau o propoziţie spre adâncire. Această concentrare pe o propoziţie sau un cuvânt, de pildă "tărie", este foarte importantă. Este un fel de parolă, de cuvânt energic, adecvat cu exactitate structurii sufleteşti a fiecărui ins. Trebuie să laşi acest cuvânt să sune în suflet aşa cum se întâmplă când loveşti un diapazon. Şi aşa cum tragi cu urechea la sunetul tot mai pierdut al diapazonului, tot astfel după cufundarea în cuvânt trebuie să-l laşi să răsune în suflet, să te dăruieşti celor produse în suflet prin acest cuvânt.

În încheiere te cufunzi încă pentru cinci minute în propriul tău ideal divin. Nu discutăm aici despre ce fel de ideal e vorba; este vorba numai de crearea unei juste dispoziţii sufleteşti. E indiferent dacă te gândeşti la învăţător sau la cerul înstelat. Au venit deja atei care credeau că nu au nici un ideal divin. Dar au putut fi îndreptaţi spre cerul înstelat care totuşi smulge fiecăruia un sentiment de veneraţie şi devoţiune.

Cine a început odată să lucreze cu aceste exerciţii, acela trebuie să rămână la ele şi să nu le părăsească atunci când nu-i convine. Trupul astral şi cel eteric se obişnuiesc repede cu aceste exerciţii, şi când nu le capătă se revoltă. O întrerupere sau o încetare deplină a lor este în orice caz periculoasă.

Importantă este şi *retrospectiva de seară*. Ea trebuie făcută de la sfârşit spre început, ca să ne obişnuim cu modul de percepere al planului

astral. În timpul retrospectivei trebuie să-ţi reprezinţi totul cât se poate de plastic. La început, firește, dacă ai avut să zicem optzeci de evenimente şi trăiri, nu poţi să nu le evoci plastic pe toate optzeci în faţa sufletului. De aceea trebuie să procedezi la o selecţie înţeleaptă până ce, în fine, întreaga viaţă a unei zile ajunge să se desfăşoare în faţa ta ca un tablou. Importante sunt iarăşi micile acţiuni nesemnificative căci tocmai sforţarea e aceea care trezeşte forţele sufletului.

Note sumare de la lecţia esoterică de la Berlin, din 9 octombrie 1907 [Nota 23]

ÎNSEMNĂTATEA ANULUI 1879
DISCUTAREA UNEI FORMULE DE MEDITAŢIE

Tot ce este enunţat într-o lecţie esoterică ne este nemijlocit transmis de către învăţători, şi acela care vorbeşte este numai un instrument al intenţiilor lor.

Deosebirea între o lecţie exoterică şi una esoterică constă în aceea că acolo se asimilează o învăţătură, cunoştinţe, aici se *trăieşte* ceva. Învăţătorii vorbesc neîncetat oamenilor, însă numai cei pregătiţi pot să le audă vocea, cei al căror suflet este deschis pentru ca învăţătorii să găsească acces la ei. Munca esoterică este de cea mai mare însemnătate pentru dezvoltarea lumii, dar în acelaşi timp, şi pentru omul care se află în cea mai simplă situaţie socială.

Anul 1879 deschide o epocă de cea mai mare importanţă în dezvoltarea omenirii printr-un eveniment care s-a petrecut pe planul astral; de atunci cultura noastră a luat o altă direcţie.

În 1250 a început un curent spiritual care şi-a atins apogeul în 1459 [Nota 28]: când Christian Rosenkreutz a fost ridicat la rangul de cavaler al crucii cu trandafiri. Începu atunci (1510) epoca numită în ocultism epoca lui *Gabriel*. În 1879 a început epoca lui *Mihaiel*; cea care va urma se numeşte epoca lui *Orifiel*. Mari lupte îi vor răscoli pe oameni; de aceea este pregătit acum un mic grup pentru ca în acea epocă întunecată să facă să strălucească făclia cunoaşterii spirituale. (v. nota 28)

Discutarea formulei de meditaţie: "În razele pure ale luminii". Reprezentarea imaginativă a momentelor alcătuitoare:

În razele pure ale luminii
Străluceşte divinitatea lumii.

Aici divinitatea se revarsă ca lumină argintie şi strălucitoare a lunii peste lumea exterioară: ne simţim ca pătrunşi şi scăldaţi de această lumină.

În iubirea pură faţă de toate fiinţele
Radiază Dumnezeirea sufletului meu.

După identificarea cu lumea înconjurătoare, unde am încercat să recunoaştem Divinitatea, ne cufundăm în propriul nostru interiorior, iar prin iubirea care ne uneşte cu toate fiinţele, găsim relaţia cu Divinitatea şi simţim Dumnezeirea propriului nostru suflet.

Mă odihnesc în Divinitatea lumii.

Cuvântul *odihnă* are o putere magică: acela căruia îi reuşeşte să se concentreze în acest cuvânt şi să-l lase să acţioneze asupra sa, acela simte cum este străbătut cu totul de un sentiment de linişte şi pace. Găsim în interiorul nostru această linişte şi această pace când ne simţim în relaţie cu Dumnezeu: liniştea ne înconjoară, ne pătrunde.

Mă voi găsi pe mine însumi
În Divinitatea lumii.

Şi acum apare în noi reprezentarea ca a unui punct luminos, a unei scântei strălucitoare care ne licăreşte din depărtare şi spre care tindem ▮ şi în care ne vom găsi în sânul Divinităţii.

Note sumare de la lecţia esoterică de la München, din 16 ianuarie 1908 [Nota 29]

DESPRE PROCESUL RESPIRAŢIEI

În ultima noastră lecţie esoterică a fost vorba despre marile legităţi ale vieţii spirituale, aşa cum se relevează ele în decursul evoluţiei umane, despre marile puteri spirituale care guvernează tot ce se petrece pe planul fizic şi care se înlocuiesc reciproc în activitatea lor; astăzi vom vorbi într-un mod ceva mai intim despre legile vieţii spirituale aşa cum se desfăşoară ele chiar în lăuntrul omului.

Cel angrenat într-o educaţie ocultă este, într-un anumit sens, un om care aşteaptă, un căutător. El aşteaptă ca într-o bună zi să i se dezvăluie o nouă lume în afara aceleia pe care a perceput-o în mod obişnuit. El aşteaptă ca într-o bună zi să-şi poată spune: văd o nouă lume; văd ▮ printre toate obiectele şi fiinţele pe care le puteam percepe până acum în spaţiu ▮ o mulţime de entităţi spirituale care înainte îmi erau ascunse. Pentru ca acest lucru să devină cu totul limpede trebuie să evocaţi iarăşi în faţa sufletului cele şapte stări de conştienţă pe care omul le străbate în decursul dezvoltării sale. Prima stare de conştienţă prin care a trecut omul a fost un grad de conştienţă confuz, crepuscular, în care omul se simţea una cu Cosmosul; numim această stare existenţa saturneană. În existenţa solară amploarea conştienţei scăzu, dar deveni în schimb cu atât mai luminoasă. Când, după aceea, omul trecu prin existenţa lunară, conştienţa era asemănătoare celei pe care o trăim ▮ ca ultim rest ▮ în viaţa noastră de vis; era o conştienţă imaginativă, confuză. Aici, pe Pământ, avem conştienţa luminoasă de zi, care va rămâne când omul se va ridica iar la conştienţa imaginativă luminoasă. Mai departe, pe Jupiter, omul se va ridica la două stări încă şi mai înalte de conştienţă: cea inspirată şi cea intuitivă. Astfel conştienţa noastră luminoasă de zi stă la mijloc între conştienţa imaginativă confuză a lunii şi conştienţa imaginativă luminoasă a lui Jupiter. Şi ceea ce aşteaptă discipolul esoteric să i se descopere într-o zi este conştienţa jupiteriană. Fiecăruia dintre noi îi va veni odată această conştienţă, unuia mai devreme, altuia mai târziu, în funcţie de capacităţile sale, de gradul maturizării sale interioare.

Conştienţa jupiteriană există însă deja, incipient, în fiecare om. Într-un mod foarte plăpând, conştienţa viitoare e deja schiţată, numai că

omul nu şi-o poate explica. Într-o mare parte viaţa esoterică constă tocmai din aceea că elevul învaţă să interpreteze în mod just procesele subtile din el şi din ambianţa sa. Nici vechea conştienţă lunară nu a dispărut cu totul, ea supravieţuind prin ultimele rudimente. Cele două stări ale omului de azi, în care într-una e prezentă încă vechea conştienţă lunară şi în cealaltă deja noua conştienţă jupiteriană, sunt sentimentul de ruşine şi cel de frică. În sentimentul ruşinii, când sângele e împins spre periferia corpului, mai trăieşte un ultim rest al conştienţei lunare, iar în sentimentul fricii, când sângele se năpusteşte spre inimă ca să găsească acolo un centru solid de sprijin, se vesteşte conştienţa jupiteriană. Aşa înclină spre cele două părţi conştienţa de zi normală.

Când simţim ruşine în legătură cu ceva şi roşeaţa ruşinii ni se urcă în obraji, trăim ceva ce ne aminteşte de existenţa lunară. Reprezentaţi-vă un om lunar. El nu-şi spunea încă "eu", ci trăia într-o conştienţă imaginativă confuză, crepusculară, cu totul întreţesut în forţele şi entităţile astrale cu care se simţea a fi în unitate şi armonie. Încercaţi să vă închipuiţi, fraţilor şi surorilor, că într-o bună zi licăreşte la un asemenea om lunar deodată sentimentul: sunt un "Eu". Eu sunt diferit de ceilalţi, sunt o fiinţă de sine stătătoare şi toate celelalte fiinţe din jur mă privesc. ❙ Un uriaş sentiment al ruşinii l-ar fi cuprins de sus până jos pe întregul om lunar, ar fi încercat să dispară, să piară de ruşine, dacă ar fi trăit un asemenea sentiment prematur al eului. Aşa parcă am vrea şi noi, fraţii mei şi surorile mele, când ne năpădeşte un sentiment al ruşinii, să dispărem, să intrăm în pământ, să ne dizolvăm eul. Imaginaţi-vă cum era întreţesut vechiul om lunar în armonia cu entităţile şi forţele ambianţei sale. Când se apropia de el o fiinţă vrăjmaşă, nu se gândea, ci ştia instinctiv cum trebuie să se ferească. El acţiona dintr-un sentiment pe care ❙ dacă ar fi fost conştient ❙ l-ar fi putut exprima cam în felul următor: ştiu că legile lumii nu sunt orânduite în aşa fel încât acest animal sălbatic să mă sfâşie acum; ci armonia lumii este aşa încât trebuie să existe mijloace care să mă apere de duşman. ❙ Vechiul om lunar se afla deci nemijlocit în armonie cu forţele cosmosului. Dacă s-ar fi trezit în el un sentiment al eului, această armonie ar fi fost deranjată. Şi într-adevăr, de cum a început să străbată omul pe pământ, sentimentul eului l-a adus într-o tot mai mare disonanţă cu ambianţa. Clarvăzătorul aude cosmosul răsunând într-o impunătoare armonie, şi când compară cu ea sunetele care vin la el de la diferiţi oameni, constată că azi în toţi oamenii domneşte disonanţa; la unul mai mare, la altul mai mică, dar tot disonanţă rămâne. Iar datoria voastră este ca pe parcursul dezvoltării voastre să prefaceţi tot mai mult această disonanţă în armonie. Această disonanţă a apărut prin egoitate, dar ea a fost cu înţelepciune rânduită de către puterile spirituale care stăpânesc şi conduc cosmosul. Dacă oamenii ar fi rămas întotdeauna în armonie, n-ar fi ajuns niciodată la autonomie. Disonanţa a fost instituită pentru ca omul să-şi poată recâştiga armonia în mod liber, prin propria-i forţă. Sentimentul eului conştient de sine trebuia aşadar să se dezvolte mai întâi în contul armoniei interioare. Dacă vine apoi timpul în care începe să licărească conştienţa jupiteriană şi omul reintră în relaţie armonioasă cu forţele cosmosului, el va salva cu sine acest sentiment al eului în noua stare de conştienţă, aşa încât omul va fi atunci un eu de sine stătător şi se va afla totuşi în armonie cu cosmosul.

Am văzut că în sentimentul de frică se anunţă deja noua conştienţă jupiteriană. Dar totdeauna când o stare viitoare începe să apară înainte de timp, este prematură şi nelalocul ei. Printr-un exemplu acest lucru vi se va limpezi. Când o floare, care după soiul ei trebuia să înflorească în august, este făcută să înflorească într-o seră deja în mai, în august, la timpul normal al înfloririi ei nu va mai da nici o floare; forţele ei vor fi epuizate şi nu se va mai potrivi cu condiţiile în care trebuia să intre. Şi chiar în mai, de îndată ce este dusă din seră, va trebui să piară, deoarece nu se potriveşte cu condiţiile naturale ale acestui anotimp. Tot aşa e şi cu sentimentul fricii. Nici el nu e azi la locul lui, şi va fi încă şi mai puţin în viitor. Ce se petrece când apare acest sentiment? Sângele se strânge în centrul omului, în inimă, ca să formeze acolo un centru solid, ca să-l facă pe om tare în faţa lumii din afară. Forţa cea mai dinlăuntru a eului este cea care provoacă aceasta. Această forţă a eului, care acţionează asupra sângelui trebuie să devină tot mai conştientă şi mai puternică, iar pe Jupiter omul va putea să-şi conducă cu totul conştient sângele spre centru şi să se facă mai puternic. Ceea ce e însă azi nefiresc şi nociv e sentimentul fricii, legat de această circulaţie a sângelui. În viitor el trebuie să nu mai existe; vor trebui să acţioneze doar forţele eului, fără frică.

În decursul dezvoltării umane lumea exterioară ne înconjoară într-un mod tot mai ostil. Tot mai mult trebuie să învăţaţi a opune forţa voastră interioară lumii năvălitoare din afară. Dar frica trebuie să dispară. Şi în mod deosebit celui angajat în disciplina esoterică îi este necesar, absolut necesar, să se elibereze de toate sentimentele de teamă şi frică. Teama are o îndreptăţire autentică numai acolo unde ne face atenţi că trebuie să devenim puternici, dar toate sentimentele nefireşti de teamă, care-l torturează pe om, trebuie să dispară cu desăvârşire. Ce s-ar întâmpla dacă omul ar continua să aibă sentimente de teamă când apare conştienţa jupiteriană? Acolo lumea exterioară se va opune omului într-un mod mult mai ostil şi mai înfricoşător decât azi. Un om care nu se dezobişnuieşte aici de teamă, va cădea acolo dintr-o spaimă cumplită în alta.

De pe acum se pregăteşte această stare în lumea exterioară. Şi ea i se va arăta omului şi mai limpede în acel groaznic timp care se va năpusti peste noi sub conducerea lui Orifiel, despre care v-am vorbit ultima oară. Atunci omul trebuie să fi învăţat să se ţină tare! Cultura noastră de azi creează ea însăşi acei monştri înspăimântători care-l vor ameninţa pe omul de pe Jupiter. Priviţi uriaşele maşini pe care tehnica omenească le construieşte cu atâta ingeniozitate! În ele omul îşi construieşte demonii care în viitor se vor dezlănţui asupra lui. Tot ceea ce omul îşi construieşte azi ca aparate şi maşini, în viitor va căpăta viaţă şi se va opune omului cu vrăjmăşie într-un mod îngrozitor. Tot ce a fost creat numai din principiul utilitarist, din egoismul individual sau colectiv, va fi în viitor duşmanul omului. Ne interesăm astăzi mult prea mult de folosul celor ce le facem. Dacă vrem să promovăm cu adevărat dezvoltarea nu trebuie să ne preocupe utilitatea ci îndeosebi nobleţea şi frumuseţea lucrurilor. Acţiunile noastre să nu pornească numai din principiul utilitarist, ci din bucuria pură pentru frumos. Tot ceea ce creează astăzi omul ca să-şi satisfacă necesitatea artistică, din iubirea curată pentru frumos, se va însufleţi, deasemenea, în viitor şi va contribui la dezvoltarea superioară a omului. Este teribil însă să trebuiască astăzi să vezi cum mii de oameni sunt îndemnaţi, din fragedă copilărie, să nu cunoască nici o altă activitate în afara aceleia pe care o duc de dragul folosului material, şi să fie rupţi toată viaţa de ce este frumos şi artistic. Şi cele mai sărace şcoli elementare ar trebui să atârne pe pereţi cele mai splendide opere de artă ❙ asta ar aduce o nesfârşită binecuvântare în dezvoltarea umană. Omul îşi construieşte singur viitorul. Poţi să-ţi faci o idee despre cum va fi pe Jupiter dacă înţelegi că astăzi nu există nimic absolut bun şi nimic absolut rău. În fiecare om binele şi răul este astăzi amestecat. Cel bun trebuie doar să-şi spună că are ceva mai mult bine în el decât cel rău, dar că nu este pe deplin bun. Pe Jupiter însă binele şi răul nu vor mai fi amestecate, ci oamenii se vor împărţi în oameni pe deplin buni şi pe deplin răi. Şi tot ce cultivăm azi ca frumos şi nobil slujeşte la întărirea binelui pe Jupiter, iar tot ceea ce se face din punctul de vedre al egoismului şi utilitarismului, consolidează răul.

Pentru ca omul să fie cu totul fortificat în faţa puterilor rele ale viitorului, trebuie să intre în posesia forţei celei mai lăuntrice a eului său, trebuie să-şi poată regla conştient sângele în aşa fel încât acesta să-l facă puternic în faţa vrăşmaşului, dar fără nici o teamă. Forţa care poartă sângele în interior trebuie s-o aibă în stăpânirea sa. Dar nici cealaltă facultate, aceea de a împinge sângele de la inimă spre periferie, nu trebuie să se piardă pentru el. Căci starea jupiteriană va însemna, într-un fel, şi o întoarcere la vechea conştienţă lunară. Omul va intra iarăşi în armonie cu marile legi ale lumii şi se va simţi una cu ele. Va redobândi capacitatea să se unească cu marile puteri spirituale ale lumii, dar nu ca pe lună, inconştient şi crepuscular; pe Jupiter îşi va păstra mereu conştienţa luminoasă de zi şi sentimentul conştient de sine al eului şi totuşi va trăi în armonie cu forţele şi legile lumii. Disonanţa va fi prefăcută atunci în armonie. Iar ca să se poată vărsa în armonia universului, trebuie să poată face în mod conştient ca cea mai intimă forţă a Eului său să radieze din inimă spre afară. Aşadar trebuie să poată centraliza în mod conştient forţele interioare ale sângelui, când îi apare în cale un duşman, şi trebuie să le poată şi iradia conştient. Numai atunci va fi ajuns să corespundă condiţiilor viitoare.

Cel care tinde spre o dezvoltare interioară trebuie să înceapă încă de azi să intre, treptat, din ce în ce mai mult, în posesia acestor forţe. O face prin aceea că învaţă să inspire şi să expire conştient. Când omul inspiră suflul, intră în activitate forţele eului care îl pun în relaţie cu forţele cosmosului, adică acele forţe care iradiază din inimă spre afară. Iar când omul dă afară suflul şi se abţine să respire, intră în activitate acele forţe ale eului care pătrund spre centru, spre inimă şi îi creează acolo un centru stabil. Aşa învaţă discipolul încă de azi, dacă îşi face conştient exerciţiile de respiraţie în acest fel, să devină treptat stăpân pe forţele Eului său. Să nu creadă însă nimeni că-i este îngăduit să întreprindă independent astfel de exerciţii înainte de a fi căpătat indicaţii în privinţa aceasta. Fiecare le va primi la timp. Dar chiar şi pentru cel care nu face încă asemenea exerciţii, nu este niciodată prematur să se familiarizeze cu sensul acestor exerciţii şi să dobândească înţelegere pentru aceste lucruri. Cu atât mai rodnice vor fi ele mai târziu. Aşa trebuie, fraţilor şi surorilor, să căpătaţi tot mai multă înţelegere şi pentru procesele subtile care se petrec în voi şi în întreaga lume, integrându-vă treptat în perioadele viitoare ale dezvoltării umane.

Din expunerea făcută pe aceeaşi temă în 26 Ianuarie 1908 la Berlin au fost reţinute următoarele: [Nota 30]

Când inspirăm adânc şi reţinem suflarea, recapitulăm o parte a stării lunare. Când lăsăm însă suflul afară, avem în aceasta o parte a stării jupiteriene. De acestea depinde dacă discipolul ocult primeşte fie exerciţii în care trebuie să păstreze suflul înlăuntru, deoarece el are de trecut într-o anumită măsură prin starea lunară, fie exerciţii în care trebuie să lase suflul afară deoarece, în felul acesta, poate atinge starea jupiteriană. Fiecare trebuie să aibă un regim individual.

Ştim că curentul omenirii se împarte de pe acum în două părţi: una care trece în bine, în ceea ce este moral, şi alta care se termină prin ceva îngrozitor, prin rău. Aceste stări se pregătesc încă de pe acum, germenii există deja. Astfel, tot ce există astăzi în lume ca maşini, instrumente şi sunt puse în mişcare, vor deveni pe Jupiter demoni cumpliţi, înspăimântători. Tot ceea ce slujeşte doar principiului utilitar va căpăta anvergura unor asemenea puteri înfricoşătoare. Acest proces poate fi paralizat dacă facem ca aceste aparate utilitare, pe lângă folosul pe care îl aduc, să vestească, înainte de toate, frumosul, divinul. E foarte bine să ştim acest lucru. Altminteri asemenea forţe ar sfâşia cândva Pământul. Vedem de asemenea cât de important este ca în educaţia copilului să-l înconjurăm pe acesta cu impresii artistice. Arta te face liber. Şi locomotiva trebuie transformată cândva într-o maşină care să fie frumoasă. Sentimentele noastre de teamă, de frică sunt hrană pentru alte entităţi rele. Nu trebuie să lăsăm să apară asemenea gânduri. Căci pe Jupiter astfel de demoni ne vor împresura în număr mult mai mare decât acum. Dar n-are a se teme în privinţa aceasta cel care-şi păstrează, ca om înţelept, învelişul curat, în aşa fel încât muştele să nu se poată aduna în jurul murdăriei.

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

IV
LĂMURIRI ÎN LECŢIILE ESOTERICE

Lecţie esoterică de la Berlin, din 24 Octombrie 1905 [Nota 22]

Unica redactare de către Rudolf Steiner a unei lecţii esoterice

Aforismul:

Mai strălucitoare decât Soarele
Mai curată decât zăpada
Mai subtilă decât eterul
Este Sinea,
Spiritul din inima mea.
Această sine sunt eu,
Eu sunt această sine.

Strahlender als die Sonne
Reiner als der Schnee
Feiner als der Äther
Ist das Selbst,
Der Geist in meinem Herzen.
Dies Selbst bin Ich,
Ich bin dies Selbst.

ne înalţă în fiecare dimineaţă spre sinea noastră superioară. Asemenea aforisme n-au fost născocite prin capriciul unei personalităţi ci au fost scoase din lumea spirituală. De aceea ele conţin mai mult decât se crede de obicei. Şi gândeşte despre ele în mod just cel ce presupune că niciodată nu va fi posibil să le sondeze conţinutul până la capăt, ci să descopere tot mai multe aspecte pe măsură ce se adânceşte în ele tot mai mult. De aceea şcoala esoterică poate să dea numai unele indicaţii singulare despre felul în care trebuie căutat conţinutul. Asemenea indicaţii vor fi comunicate în cele ce urmează.

Mai strălucitoare decât soarele

Omul vede obiectele din jurul său doar când acestea sunt luminate de soare. Ceea ce le face vizibile sunt razele de soare reflectate de ele în ochiul privitorului. Dacă nu ar fi lumină, lucrurile nu ar fi vizibile. Dar prin această lumină exterioară devin vizibile numai obiectele lumii fizice. Dacă vrea să vadă fiinţele şi lucrurile sufleteşti şi spirituale, trebuie să-I lumineze omului o lumină "mai strălucitoare decât soarele". Această lumină nu provine de la vreun soare exterior. Ea porneşte de la izvorul de lumină pe care-l aprindem în noi înşine când pornim în căutarea sinei superioare, veşnice din lăuntrul nostru. Această sine superioară e de altă obârşie decât sinea inferioară. Această din urmă percepe ambianţa cotidiană. Dar ceea ce trăieşte în această ambianţă cotidiană a luat naştere odată şi va trece. Cele ce simţim prin intermediul lor nu au, în sine, decât o valoare trecătoare. Şi din asemenea percepţii şi din gândurile apărute în legătură cu ele este construită sinea noastră trecătoare. Toate lucrurile care devin vizibile prin soare, nu au existat cândva în trecut, şi cândva, în viitor, nu vor mai exista. Chiar şi soarele a luat naştere cândva şi într-o bună zi va trece. Dar sufletul există tocmai pentru ca să recunoască veşnicul din lucruri. Cândva, când întregul pământ nu va mai exista, vor continua să existe sufletele care au locuit pe el. Şi ce au trăit aceste suflete pe pământ, vor duce ca amintire înspre alte locuri. E ca şi când un om mi-ar fi făcut un bine. Fapta trece. Dar ceea ce a sădit sufletul meu prin ea, asta rămâne. Iar legătura de iubire care m-a legat de el prin aceasta, nu trece. Ceea ce trăim este mereu izvorul a ceva ce rămâne în noi. Noi înşine scoatem astfel din lucruri ceea ce rămâne şi ducem în eternitate. Iar când oamenii vor fi transplantaţi odată pe o cu totul altă scenă, vor aduce cu ei cea ce au adunat aici. Iar faptele lor din noua lume vor fi ţesute din amintirea celei vechi. Căci nu există sământă care să nu dea fruct. Dacă suntem legaţi de un om prin iubire, această iubire este o sământă al cărei fruct îl trăim în întregul viitor, deoarece cu un asemenea om mergem împreună în întregul viitor. Trăieşte astfel în noi ceva ce e întreţesut cu puterea divină, care leagă toate lucrurile într-o ţesătură cosmică eternă. Acest " ceva " este sinea noastră superioară. Şi *aceasta* e "mai strălucitoare decât soarele". Lumina soarelui îl luminează pe om doar din afară. Soarele meu sufletesc îl luminează din interior. De aceea este mai strălucitor decât soarele.

Mai curată decât zăpada

Orice lucru este în sine curat. Se murdăreşte doar când e unit cu altul cu care nu trebuie să se unească aşa. Apa în sine este curată. Dar şi ceea ce este conţinut în apă ca murdărie ar putea fi curat dacă ar fi în sine, dacă nu s-ar fi fost unit cu apa într-un mod neadecvat. Cărbunele în sine este curat. Devine murdărie numai dacă se uneşte cu apa într-un mod necorespunzător. Acum, dacă apa îşi ia forma proprie în cristalul de zăpadă, se separă de toate cele ce s-au unit cu ea într-un mod neadecvat. Aşa se curăţă sufletul omenesc când se separă de tot ce s-a unit cu el în chip nefiresc. Iar de el ţine ceea ce este divin, nepieritor. Fiecare ideal, fiecare gând la ceva mare şi frumos aparţin formei lăuntrice a sufletului. Şi când se concentrează asupra unor asemenea idealuri, asupra unor asemenea gânduri, atunci se curăţă precum apa când devine cristal de zăpadă. Şi deoarece spiritualul este mai pur decât orice substanţă, se poate spune că "sinea

superioară", adică sufletul care trăieşte în înalturi, este "mai curată decât zăpada ".

Mai subtilă decât eterul

Eterul este cea mai subtilă substanţă. Dar *orice* substanţă este încă densă în raport cu sufletul. Nu *densul* este ce rămâne, ci "subtilul". Piatra, la care gândeşti ca la o substanţă, piere ca substanţă. Însă *gândul* despre piatră, care trăieşte în suflet, rămâne. Dumnezeu a gândit acest gând. Şi, din el a făcut piatra solidă. După cum gheaţa este doar apă solidificată, tot aşa piatra este un gând solidificat al lui Dumnezeu. Toate lucrurile sunt astfel de gânduri solidificate ale lui Dumnezeu. "Sinea superioară" dizolvă însă toate lucrurile, şi în ea trăiesc atunci gândurile divine. Iar dacă sinea e ţesută de asemenea gânduri divine, atunci e "mai subtilă decât eterul".

Spiritul din inima mea

Abia atunci a priceput omul un lucru când l-a cuprins cu inima. Intelectul şi raţiunea sunt doar mijlocitorii pentru înţelegerea cu inima. Prin intelect şi raţiune pătrunzi în gânduri divine. Dar dacă ai astfel gândul, trebuie să înveţi a-l *iubi*. Omul învaţă încetul cu încetul să iubească toate lucrurile. Asta nu înseamnă că inima sa trebuie să se ataşeze fără discernământ de toate câte îi ies în cale. Căci experienţa noastră este mai întâi de toate înşelătoare. Când însă te străduieşti să cauţi într-o fiinţă sau un lucru baza lor divină, începi atunci să le şi iubeşti. Dacă am în faţa mea un om ticălos, nu ticăloşia sa trebuie s-o iubesc. N-aş face decât să mă înşel şi nici pe el nu l-aş ajuta. Dacă mă gândesc la felul în care a ajuns acest om în ticăloşie şi îi stau alături pentru a ieşi din ea, atunci îl ajut, iar eu răzbat la adevăr. Trebuie să caut pretutindeni felul în care pot iubi. Dumnezeu e în toate lucrurile, dar acest dumnezeiesc dintr-un lucru trebuie mai întâi să-l caut. Nu latura exterioară a unei fiinţe sau a unui lucru trebuie s-o iubesc necondiţionat, căci aceasta este înşelătoare şi uşor aş putea ajunge să iubesc eroarea. Dar în spatele oricărei iluzii se află adevărul, iar acesta poate fi totdeauna iubit. Iar când inima caută iubirea adevărului în toate fiinţele, atunci trăieşte "spiritul din inimă". Această iubire e veşmântul pe care sufletul trebuie totdeauna să-l poarte. Atunci el însuşi ţese dumnezeiescul în lucruri.

*

Membrii şcolii trebuie să se folosească de minutele libere ale zilei pentru a lega asemenea gânduri de aforismele înţelepciunii divine, pe care ni le-au dat maeştrii, dintr-o incomensurabilă experienţă de lume. Niciodată să nu creadă că au înţeles complet un asemenea aforism, ci să presupună întotdeauna că în el se află totdeauna mult mai multe decât au găsit ei. Printr-o asemenea atitudine se dobândeşte sentimentul că în orice adevărată înţelepciune stă cheia infinitului, iar printr-un asemenea fel de a gândi te uneşti cu acest infinit.

*

Nu este important să meditezi multe propoziţii, ci să laşi puţinul iarăşi şi iarăşi să trăiască în sufletul adus la linişte.

Nu trebuie să speculezi prea mult în timpul meditaţiei ci să laşi liniştit să acţioneze asupra ta conţinutul propoziţiilor de meditat. Dar în afara meditaţiei, în momentele libere ale zilei, trebuie să revii necontenit la conţinutul propoziţiilor de meditat şi să vezi ce reflecţii poţi extrage din ele. Acestea devin atunci o forţă plină de viaţă care se coboară în suflet făcându-l tare şi puternic. Căci atunci când sufletul se uneşte cu adevărul veşnic, trăieşte el însuşi în veşnicie. Iar când sufletul trăieşte în veşnicie, entităţile superioare au acces la el şi pot coborî în el propria lor forţă.

Note de la lecţia esoterică de la Berlin din Vinerea Mare, 13 aprilie 1906 [Nota 23]

DESPRE UNIREA IMAGINII CU PROTOTIPUL
AUM ŞI GÂNDUL PASCAL

Tot ce este fizic în jurul nostru ia naştere şi trece, numai prototipurile lucrurilor nu se nasc şi pier; ele n-au fost create şi nu pier, sunt veşnice. Pământul fizic ia naştere şi trece, dar prototipul pământului nu ia naştere şi nu trece. Prototipul pământului e veşnic. Iar în prototipul pământului sunt cuprinse toate prototipurile lumii fizice. Precum prototipul pământului, nici ele nu iau naştere şi nu pier: sunt veşnice. După cum pământul are prototipul său veşnic, tot aşa fiecare mineral, fiecare plantă, fiecare animal, fiecare om îl are pe al său, care străluceşte din veşnicie întru frumuseţe şi splendoare. Omul trebuie necontenit să înveţe a se uni cu prototipurile lucrurilor. Către ele trebuie să se ridice. Învaţă să se unească cu ele trăind amintirea. Când discipolul priveşte în retrospectiva de seară asupra zilei care s-a scurs, şi îşi aminteşte scenele zilei, bucuriile şi necazurile trăite, când amintirea face să se perinde din nou prin suflet bucuriile şi necazurile legate de evenimentele zilei, atunci el se pune în legătură cu acea viaţă care rămâne, care continuă să fie prezentă chiar şi fără expresia ei materială. Omul trebuie să-şi evoce prin fantezie evenimentele din viaţa sa şi a celorlalţi, lăsând ca în sufletul său să curgă bucuria şi durerea care însoţeau evenimentele: prin aceasta învaţă să se ridice la entităţile care se încorporează în bucurie şi durere, învaţă să trăiască conştient în lumea sufletească. Suntem statornic înconjuraţi de asemenea entităţi. Atunci înveţi să le percepi.

Dacă încercăm să ne chemăm în amintire evenimente trăite de noi în trecut, este altceva decât dacă evocăm evenimente despre care am citit sau auzit. Deosebirea este că la primele am participat cu sinea noastră. Şi acesta este lucrul important Este bine să exersăm evocarea în amintire a trăirilor din trecutul nostru. O durere, o bucurie pe care le-am simţit cândva, arată în amintire cu totul altfel în prezent decât odinioară. Prin această aducere aminte ne apropiem de adevărata cunoaştere. Vedem lucrurile cum sunt în realitate, dacă izbutim să simţim cu adevărat o durere sau o bucurie pe care nu le avem. Dacă suntem capabili să facem ca în noi să se ridice imagini ale celor pe care acum nu le vedem, ne apropiem, prin aceasta, de Divinitatea creatoare.

Asemenea învăţături le erau date discipolilor în şcolile rozecruciene. Ei trebuiau să aducă din proprie iniţiativă în suflet, fără realitatea lor brutală, bucuria şi tristeţea legate de evenimente anterioare ale vieţii. Dacă laşi să se ridice în suflet, în acest fel bucurie şi tristeţe, trezeşti organele sufleteşti. Celui care nu putea încă singur să le aducă, iniţiaţii, ca să-i trezească organele sufleteşti, îi prezentau imagini dramatice, scene din viaţa omenească, prin care omul învaţă să simtă şi fără realitatea brutală, ceea ce de obicei este legat de evenimentele înseşi. Asta e ceea ce rămâne din evenimente în lume. La asta trebuie omul să înveţe să se avânte.

Omul îşi va aminti de existenţe pământeşti anterioare în măsura în care a învăţat să recunoască veşnicul din lucruri şi aduce el însuşi în lume elemente de veşnicie.

Discipolul yoga face exerciţii de respiraţie. Respiraţia omului obişnuit este neregulată, neritmică. Discipolul yoghin învaţă să-şi ritmeze respiraţia. Respiraţia neritmică este de fapt ucigătoare. Prin suflul pe care-l exală, omul ucide. Îşi aduce moarte sieşi şi altora atâta timp cât respiraţia nu a devenit ritmică şi plină de viaţă, prin exerciţiu yoga. Prin respiraţia ritmică, respiraţia omului devine şi individuală. La sălbatici acţiunile sunt slab individualizate. Cu cât omul urcă mai sus în dezvoltarea sa, cu atât acţiunile sale vor purta o pecete mai individuală. Dar

la toţi oamenii dezvoltaţi, şi respiraţia este la fel; acum omul trebuie să înveţe să-şi individualizeze suflul. Prin aceasta, în procesul respiraţiei, se introduce pe sine tot mai mult în mod caracteristic în lumea înconjurătoare. Cât prelucrează din el în lumea înconjurătoare prin respiraţie, atât supravieţuieşte din el ca veşnic, netrecător, atât va regăsi din sine în toate încarnările ulterioare. Prin procesul respirator ritmic el transformă lumea şi conlucrează astfel la săvârşirea proceselor cosmice. Participă la creaţie pe Pământ.

În timp ce suflul omului obişnuit ucide, suflul omului purificat aduce viaţă lumii înconjurătoare. Aerul din oraşe este mai rău nu numai pentru că este murdărit de tot felul de lucruri fizice, ci şi pentru că-l strică respiraţia neritmică, nepurificată a oamenilor. Aerul din oraşe este plin de substanţe otrăvitoare datorită imoralităţii oamenilor. La ţară aerul e mai curat decât la oraşe. Acolo oamenii mai duc o încă viaţă mai simplă, mai ritmică, într-o linişte mai mare. În timp ce, în oraşe, omul este plin cu gânduri despre tot felul de lucruri care se învălmăşesc în viaţa lui făcând-o neritmică, omul de la ţară se obişnuieşte să-şi adapteze viaţa la cursul ritmic al naturii, al devenirii şi trecerii, la ritmul anotimpurilor. În corelaţie cu natura, el întreprinde în fiecare an, în anumite perioade, anumite munci şi prin aceasta se pune în legătură mult mai strânsă cu marile legi ale lumii decât o face orăşeanul, care nu ţine deloc seama de aceste legi ale lumii. Prin această integrare ritmică în cursul vieţii lumii, cel ce trăieşte la ţară aduce ritmicitatea şi în viaţa sa. Printr-un asemenea ritm, şi aerul pe care-l respiră devine mai ritmic, mai curat şi mai bun.

Plantele răspândesc aer curat. Ele sunt curate, fără pofte, altruiste; de aceea ne simţim aşa de bine în lumea plantelor!; din ea se revarsă viaţă. Dar omul obişnuit aduce moarte ambianţei prin suflul său. Printr-o viaţă curată morală, altruistă, omul trebuie să-şi transforme suflarea într-una pură, plină de viaţă şi s-o ritmizeze prin exerciţii yoga. Apoi trebuie să înveţe să-şi reverse individualitatea în suflu, s-o întipărească asupra lumii: prin aceasta dă viaţă ambianţei. Printr-o educaţie continuă de acest fel yoghinul învaţă să plutească deasupra fizicului, să trăiască pe planul veşniciei. Prin aceasta se ridică până la prototipurile eterne, nepieritoare, ale lucrurilor; care nu se nasc şi nu pier; se uneşte şi cu propriul său prototip. Fizic, omul se naşte şi piere; dar pentru fiecare om există un prototip; acesta este veşnic.

Dacă yoghinul învaţă să se unească cu prototipurile, s-a înălţat în lumea veşnică a spiritului; pluteşte deasupra efemerului. Aceasta este starea despre care se spune că yoghinul se odihneşte între aripile marii păsări, ale lebedei, ale lui AUM!

AUM este trecerea înapoi, de la imagini la prototip, dizolvarea în nepieritor. Dizolvarea în veşnic, unirea cu prototipurile este exprimată în această mantră din Upanişade:

> Yasm jatam jagat sarvam, yasminn eva praliyate
> Yenedam dhriyate caiva, tasmai jnanatmane namah.

E ceea ce poate fi găsit şi în gândul pascal. Este învierea omului din înrobirea lui de cele trecătoare şi materiale, în regiunile veşnice ale prototipurilor. Natura slujeşte ca simbol pentru aceasta. După cum, la Paşti, din pământ încolţeşte pretutindeni viaţă nouă, după ce sământa s-a jertfit şi a putrezit în pământ pentru a da noii vieţi posibilitatea de a lua naştere, tot aşa trebuie să moară toate cele inferioare din om. El trebuie să sacrifice natura inferioară pentru ca să se poată ridica la prototipurile veşnice ale lucrurilor. De aceea şi creştinătatea sărbătoreşte în acest anotimp al trezirii naturii din somnul iernii, moartea şi învierea Mântuitorului.

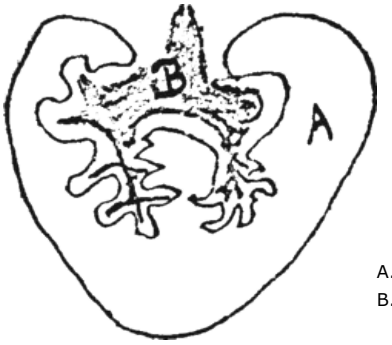
Şi omul trebuie mai întâi să moară pentru ca apoi să trăiască învierea întru spirit. Numai cel ce învinge ataşarea de lucrurile trecătoare poate deveni el însuşi nepieritor ca şi prototipurile veşnice, numai acela se poate odihni între aripile marii păsări Aum. Omul devine atunci un împreună-lucrător la progresul lumii. Participă la transformarea ei în vederea unei existenţe viitoare; din lăuntrul său cel mai profund acţionează atunci magic asupra lumii.

> Sine originară, din care am ieşit,
> Sine originară, care trăieşte în toate lucrurile,
> La Tine, Sine originară, venim înapoi.
>
> Urselbst, von dem wir ausgegangen sind,
> Urselbst, welches in allen Dingen lebt,
> Zu dir, du höheres Selbst, kehren wir zurück.

Note de la lecţia esoterică de la Berlin, din 2 Octombrie 1906 [Nota 24]

DESPRE CONSTITUIREA TRUPULUI SPIRITUAL PRIN MEDITAŢIE

Într-un sens modest trebuie să ne înalţe totuşi faptul că am fost consideraţi vrednici de a lua parte la şcoala esoterică. Nu din întâmplare am ajuns aici. Faptul că am căutat-o, că am fost lăsaţi să intrăm este o dovadă că această năzuinţă trăia în noi de mai multe vieţi. Lumea din afară nu ne mai poate mulţumi, nu ne putem dedica ei. Dacă am fi putut, n-am fi căutat drumul care ducea aici. Lumea de afară reprezintă deplina înflorire a celei de a cincea subrase; alături de această înflorire se arată deja zorii celei de a şasea zile sau celei de a şasea subrase. Aceasta va fi una mult mai spirituală; trupul spiritual va fi mult mai dezvoltat. Ea va fi preînflorirea a ceea ce se va dezvolta pe deplin în a şasea rasă originară. - Noi, cei care suntem în şcoala esoterică, aparţinem acestor zori a celei de-a şasea zi; îl urmăm şi îl slujim pe marele maestru care supraveghează constituirea ei; misiunea noastră este să creăm şi să naştem din noi acest trup spiritual. Trupul nostru fizic nu este eul nostru; nu trebuie să ne identificăm cu el. Aşa cum este acum, cu această soliditate minerală, l-am primit ca un instrument pentru misiunile celei de-a cincea rase originare. Trebuie să-l folosim şi să-l formăm ca pe un instrument; eul nostru trebuie să aibă putere asupra lui. Înainte vreme, eul nostru avea un instrument de alt gen; trupul celei de-a patra rase originare, a celei atlanteene, care nu cunoştea încă separarea dintre soare şi ploaie, care se mişca prin ceaţă unduitoare, era în unele privinţe altfel constituit, dar eul nostru era acelaşi; încă şi mai diferite erau trupurile rasei lemuriene, îndeosebi în stadiile ei iniţiale, care se mişcau plutind în mediul acvatic şi aerian. Acelaşi eu lucra la ele. Trupul nostru fizic s-a născut din macrocosmos. Lumea exterioară l-a format; din trupul nostru fizic trebuie eul nostru să creeze trupul spiritual. Atma se numeşte trupul nostru spiritual. Atma înseamnă suflare. Prin respiraţia reglată în timpul meditaţiei ne construim trupul spiritual. Într-adevăr, cu fiecare respiraţie ne inspirăm sau ne expirăm eul.



A. Organismul fizic, trupul fizic, trupul eteric, trupul astral
B. Manas, Buddhi, Atma (Sinea spirituală…)

Acest desen ne ajută să ne reprezentăm ce se petrece de fapt. Noi formăm trupul spiritual în lăuntrul trupului exterior constituit de zei. Eul se revarsă în el cu fiecare inspiraţie şi iese iarăşi la expiraţie. În timp ce reglăm respiraţia şi ne concentrăm asupra unor diferite puncte ale corpului nostru, ne înzestrăm trupul spiritual cu forţele care sunt necesare construirii lui. Eul însuşi stă în directă legătură cu acel loc din regiunea frontală, situat puţin deasupra rădăcinii nasului, înăuntru; gândirea cu laringele, simţirea cu mâinile, voinţa cu picioarele şi în general cu partea corporală inferioară. Dacă străbatem corpul nostru cu aceste forţe prin respirarea reglată, clădim la trupul nostru spiritual.

În spirit se afla germenele trupului meu (v. pag. 80).

Note de la aceeaşi lecţie luată de la altă mână

Pe parcursul dezvoltării lui lăuntrice, discipolului îi sunt date anumite exerciţii prin care trebuie să cultive omul spiritual din el. Va întreprinde exerciţii respiratorii după indicaţia profesorului său. Aceste exerciţii au menirea să-l conducă spre spiritualizare. Omul are în el un organ care, atunci când inspiră, se umple cu aer, iar când expiră, se goleşte iarăşi de aer.

La inspiraţie, aerul pătrunde în acest organ până în cele mai fine ramificaţii. Acest organ este plămânul. În aer trăieşte spiritul omului. Când inspiră, el îşi absoarbe spiritul, când expiră, îşi exală spiritul. Spiritul omului se dezvoltă tot mai mult. Şi astfel spiritul omului se găseşte alternativ când în om, când în afara lui. Prin inspiraţie şi expiraţie este stimulată creşterea omului spiritual.

Este foarte important ce încredinţează omul spiritului său când expiră. Prin aceste gânduri se construieşte spiritul său. Omul îşi făureşte spiritul prin fiecare gând pe care-l încredinţează suflului său, pe care-l exală. Omul nu a avut dintotdeauna un organ pentru a inspira aerul. Dacă ne întoarcem în timp pe planetele anterioare, pe lună bunăoară, constatăm că acolo trăiau fiinţe care nu inspirau aer, ci foc. Şi după cum azi omul inspiră aer şi expiră dioxid de carbon, acolo fiinţele inspirau foc şi expirau răceală.

Va veni un timp când omul nu va mai inspira şi expira aer. După cum omul îşi pregăteşte singur căldura pe pământ prin organul căldurii, inima cu circulaţia sângelui, tot aşa va avea mai târziu, în interiorul său, un organ care-i va aproviziona organismul cu ceea ce preluăm acum din aer, precum organul căldurii ne aprovizionează acum cu căldură care înainte, pe lună, era absorbită şi inspirată de către fiinţe din lumea înconjurătoare. Oamenii vor putea prelucra ei aerul uzat, în viitor, în lăuntrul lor. Când acest stadiu va fi atins, ei nu vor mai lua aer din mediu, nu vor mai trăi atunci în aer. Într-o fază şi mai îndepărtată, pe Jupiter, oamenii vor trăi în lumină şi vor absorbi lumină, aşa cum absorb acum aer, şi cum pe lună au absorbit căldură.

Va veni odată, şi pe acest Pământ, timpul în care omul nu va mai trăi decât în spiritul său, când nu va mai avea nevoie de corp decât ca instrument; deja de pe acum se croieşte acest timp. Trăim în ziua a cincea a omenirii, în a cincea rasă şi perioadă de dezvoltare a Pământului nostru; dar în lumea spirituală au început deja să se ivească zorile celei de a şasea. Omenirea trăieşte deja în aurora celei de a şasea zile.

Note de la lecţia esoterică de la Berlin, din 14 Noiembrie 1906 [Nota 25]

TREZIREA OMULUI LA CONŞTIENŢA DE SINE

În aceste consideraţii urmează să fie lămurite mai îndeaproape exerciţiile pe care le au de făcut cei aflaţi în învăţarea esoterică. Pentru cel care nu are încă de executat asemenea exerciţii, aceste lămuriri îi vor fi o pregătire în vederea timpului când şi el le va avea de făcut. Marii maeştrii ai înţelepciunii şi ai armonizării sentimentelor ne călăuzesc în lupta noastră interioară pentru cunoaştere. ❙ Un exerciţiu cunoscut multora este acela care constă în a te concentra mai întâi asupra punctului de la rădăcina nasului, între sprâncene, în interiorul capului, apoi asupra punctului din interiorul laringelui, după aceea asupra punctului extins într-o linie care se extinde de la umeri spre braţe şi mâini, şi în sfârşit asupra unui punct şi mai extins, care se întinde asupra întregii suprafeţe corporale. În ştiinţa ocultă se vorbeşte de aceste linii şi suprafeţe tot ca despre puncte. Vrem să învăţăm să înţelegem mai bine acest exerciţiu.

Pentru acestea trebuie să mergem cu gândul mult înapoi şi să ne transpunem în timpul lemurian. Pământul arăta pe atunci cu totul altfel. Ceea ce este astăzi stâncă solidă, curgea ca apă. Nu exista încă aer în sensul actual, pământul era învăluit în aburi fierbinţi. Multe metale care astăzi sunt solide existau pe atunci ca vapori sau curgeau ca apa; atmosfera de aburi era străbătută de curenţi eterici ca azi de curenţi de aer. Pe acest pământ trăia deja omul. Era însă un fel de animal-peşte-pasăre care se deplasa plutind, înotând. Un eveniment important în devenirea omului a fost atunci că şi-a format o piele, prin care s-a despărţit de lumea înconjurătoare şi s-a transformat într-o fiinţă autonomă. Până atunci omul nu fusese despărţit de ambianţă, curenţii întregii lumi treceau prin el; acum însă se închise prin piele. Această închidere era pricinuită de un curent eteric determinat. După un anumit timp se petrecu un alt eveniment important. Omul se ridică şi dădu prin aceasta întregii sale acţiuni şi strădanii o anumită orientare. Înainte, corpul omului fusese orientat ca la animalul de azi. De abia acum putu omul să-şi formeze membrele dinainte, braţele şi mâinile aşa cum sunt azi, adică pentru muncă în adevăratul înţeles. De abia acum începu omul să lucreze de sine stătător, de abia acum îşi putu dezvolta o karmă individuală. Nici un animal nu poate asta. Numai o fiinţă cu mers vertical îşi creează propria karmă. Un al doilea curent eteric e cel care a produs această transformare. ❙ Un al treilea curent eteric avu ca urmare o a treia transformare importantă. Abia acum, când omul dezvoltă un mers vertical, s-au putut forma plămâni cum numai omul are, şi legat de ei, se formă, din delicate substanţe eterice, laringele. Acum se putu dezvolta treptat vorbirea omenească. ❙ Datorită unui al patrulea curent eteric se formă organul dintre sprâncene, la rădăcina nasului, şi abia prin aceasta se trezi omul la conştienţa de sine:

conştienţa de sine, căci înainte poseda doar sentimentul de sine.

Deci dacă îţi îndrepţi atenţia, intens şi energic, mereu numai asupra unuia dintre cele patru puncte, adică asupra rădăcinii nasului, sau asupra laringelui, sau asupra mâinilor şi braţelor, sau asupra întregii suprafeţe corporale, şi uneşti acest exerciţiu cu un anumit cuvânt, foarte precis, care este împărtăşit numai direct, de la învăţător la discipol, intri în legătură cu acel curent eteric, ce a produs prefacerea din corpul omenesc. Educaţia ocultă constă, înainte de toate, în aceea că devenim conştienţi de procesele care lucrează inconştient asupra corpului nostru. Trebuie să intrăm într-o relaţie conştientă cu forţele cosmice.

Când îţi încrucişezi mâinile în aşa fel încât dreapta stă peste stânga şi te concentrezi asupra mâinilor astfel împreunate, aducând în centrul conştienţei un anumit cuvânt, vei remarca în curând, presupunând că exerciţiul este făcut suficient de des, cu maximă energie şi răbdare că ambele mâini tind să se despartă şi că braţele se deschid cu totul de la sine. Este poziţia sfinţilor medievali. Şi acest exerciţiu îşi are importanţa lui determinată. Mereu trec curenţi eterici din cosmos prin corpul uman. Un asemenea curent pătrunde prin cap, trece de acolo în piciorul drept, apoi în mâna stângă, pe urmă în mâna dreaptă, după aceea în piciorul stâng şi de acolo iarăşi în cap. Dacă ne imaginăm omul stând cu braţele desfăcute în poziţia descrisă mai sus, curentul ne apare în forma pentagramei. Ar fi rău pentru om dacă curentul ar intra nu prin cap ci prin picioare. Prin picioare pătrund în corpul omenesc toate influenţele negative. Magicienii negrii se folosesc de aceasta. Dar acest curent circulă prin om nu numai atunci când omul se află în această poziţie specială, ci totdeauna, chiar şi când mâinile sunt împreunate sau un picior este îndoit. Există cinci felurite vibraţii eterice prin corpul omenesc. Una dintre ele circulă şi în substanţa solidă şi de aceea se numeşte deoarece poate străbate şi pământul compact "pământească".

Aceşti cinci curenţi circulă permanent prin om şi-l pun în legătură cu întregul cosmos.

Fiinţa umană este ţesută din spirit; ne-am născut din spirit, am coborât în materie, şi ne întoarcem iarăşi în spirit. Curenţii care erau activi asupra noastră la coborârea în materie, trebuie să ne devină conştienţi. Mergem înapoi pe acelaşi drum pe care am venit, dar conştient. Nu există o altă dezvoltare adevărată. Ceea ce aprindem deja în noi prin aceste exerciţii, omenirea generală va dezvolta abia în a şasea rasă originară. O rasă originară se numeşte în ştiinţa ocultă o zi a creaţiei. Ne aflăm în stadiul pregătirii celei de a şasea zi a creaţiei, suntem în zorii celei de a şasea zi a creaţiei. Coborârea din spirit, viaţa în materie şi reîntoarcerea în spirit, sunt exprimate prin trei litere:

A U M

Note de la lecţia esoterică de la München, din 6 Iunie 1907 [Nota 26]

TEMELIILE UNEI EDUCAŢII ESOTERICE

Trebuie să limpezim mai întâi care sunt de fapt principiile unei educaţii esoterice şi care este de fapt esenţa lor. Şcoala căreia îi aparţinem e organizată în aşa fel, încât în ea sunt diferite cercuri. Toţi cei proaspăt alăturaţi ei sunt "căutătorii". Cei care înaintează mai departe aparţin celor care "exersează". Iar de aceasta se leagă "educaţia" propriu-zisă. În aceste trei cercuri se împarte şcoala noastră. Am intrat cu toţii în şcoala esoterică pentru a ne dezvolta anumite organe lăuntrice care ne fac capabili să trăim noi înşine în lumile superioare. Dar cum pot fi dezvoltate asemenea organe în noi? Toate organele noastre au apărut datorită unei activităţi pe care noi am desfăşurat-o în trecut. Vom ilustra aceasta printr-un exemplu. Era un timp în care noi nu aveam încă ochi. Atunci omul se mişca plutind, înotând într-o mare originară apoasă. Pentru a se putea orienta dispunea de un organ care mai există azi doar ca un rudiment. E aşa zisa glandă pineală. Se află pe creştetul capului, spre interior. La anumite animale poate fi văzută încă dacă se ridică calota craniană. Cu acest organ omul din străvechime putea să perceapă dacă se apropia de un lucru folositor sau dăunător. Înainte de toate era însă un organ pentru perceperea căldurii sau frigului. Când soarele lumina pe atunci de sus pământul, omul nu putea să-l vadă, dar glanda pineală îl trăgea spre acele locuri ale mării unde soarele încălzea apa. Iar această căldură îi dădea o senzaţie de mare beatitudine. Omul zăbovea îndelung în asemenea locuri ale apei şi se deplasa departe pe suprafaţa apei pentru ca să poată rămâne sub razele soarelui. Iar ochii noştri de azi s-au format prin faptul că razele soarelui cădeau direct pe corpul lui. Două lucruri au fost aşadar necesare pentru ca ochii să poată apărea: trebuia, pe de o parte, ca soarele să lumineze de sus, iar pe de altă parte, şi ca oamenii să înoate spre acele locuri încălzite de soare şi să se expună soarelui. Dacă oamenii de odinioară nu ar fi făcut acest lucru ci şi-ar fi zis: nu vreau să dezvolt decât ceea ce se află deja în mine, şi-ar fi dezvoltat mai departe glanda pineală dându-i proporţii tot mai mari, monstruoase, dar nu ar fi dobândit ochi niciodată.

Tot aşa trebuie să ne închipuim şi dezvoltarea ochilor spirituali. Nu trebuie să spunem: lumile superioare se află deja în mine, trebuie doar să le dezvolt. Nici oameni aceia nu puteau dezvolta din ei soarele, ci numai organele cu care să-l poată vedea. Tot aşa şi noi, nu putem dezvolta din noi înşine lumile superioare, ci numai organele prin care putem vedea soarele spiritual, lumile spirituale. Şi niciodată nu ne vom putea dezvolta asemenea organe dacă, pe de o parte, soarele spiritual nu ne va lumina, iar pe de altă parte, dacă nu ne vom grăbi să ne expunem acestui soare pentru ca el să ne poată lumina. Locurile în care străluceşte pentru noi soarele spiritual sunt şcolile esoterice, şi toţi cei care sunt mânaţi spre ele, sunt atinşi de razele lui, dacă se comportă conform îndrumării şcolii.

Fiecare organ care a avut un trecut va avea şi un viitor. Şi glanda pineală va redeveni în viitor un organ important. Iar cei aflaţi în şcolile esoterice lucrează de pe acum la cultivarea ei. Exerciţiile care ni se dau acţionează nu numai asupra trupului astral şi eteric, ci şi asupra glandei pineale. Iar când acţiunea devine foarte energică, ea trece de la glanda pineală în vasele limfatice şi de acolo în sânge. Dar nu numai aceia care fac acum exerciţii oculte vor avea în viitor o glandă pineală dezvoltată, ci toţi oamenii. Iar la oamenii care vor constitui rasa cea rea, ea va fi un organ pentru cele mai negative şi îngrozitoare impulsuri şi va fi atât de mare încât va ocupa cea mai mare parte a corpului. După cum vezi o mulţime de muşte din depărtare ca roi, tot aşa atunci când pe pământ se vor perinda multe corpuri în formă de glandă, pământul însuşi, privit din spaţiul cosmic, va arăta ca o mare glandă. La aceia însă care şi-au cultivat glanda pineală într-un mod just, ea va fi un organ foarte nobil şi împlinit.

Vom cerceta acum mai de aproape exerciţiile ce ne sunt date, şi făcând aceasta să ne amintim că aceste exerciţii fac sufletele noastre receptive pentru razele solare spirituale.

Ca o pregătire pentru exerciţiile oculte propriu-zise slujesc cele şase exerciţii secundare. În cel ce li se dedică just, cu seriozitate şi râvnă, ele produc acea stare sufletească fundamentală, pentru ca exerciţiile oculte să poată da roadele cele bune.

1. *Controlul gândurilor*: zilnic, cel puţin câte cinci minute, fă-ţi timp liber şi reflectează la un gând cât se poate de lipsit de importanţă şi care nu te interesează câtuşi de puţin, legând logic tot ce se poate gândi asupra obiectului. Este important să fie un obiect nesemnificativ, deoarece ceea ce trezeşte calităţile sufleteşti adormite este tocmai constrângerea pe care trebuie să ţi-o impui pentru a-ţi menţine mult timp concentrarea asupra lui. După un anumit timp vei sesiza în suflet un sentiment de soliditate şi siguranţă. Dar nu trebuie să-ţi închipui că acest sentiment năvăleşte impetuos asupra ta. Nu, ceea ce trebuie să sesizezi este, dimpotrivă, un sentiment foarte delicat şi subtil. Cei

care afirmă că nu pot simţi absolut deloc în ei acest sentiment, seamănă foarte adesea cu cei care pornesc să caute un obiect foarte mic şi fin printre multe alte obiecte. Ei caută, ce-i drept, dar numai aşa, la suprafaţă, şi de aceea nu pot găsi micul obiect ci îl trec cu vederea. Trebuie, liniştit, să asculţi în tine; vei percepe atunci acest sentiment care apare mai cu seamă în partea de dinainte a capului. Când l-ai simţit acolo, varsă-l mental în creier şi în măduva spinării. Treptat începi să încerci senzaţia că din partea anterioară a capului pornesc raze până în măduva spinării.

2. *Iniţiativa acţiunii*: Pentru aceasta alege-ţi o acţiune imaginată în tine însuţi. Cine, de pildă, şi-a luat ca exerciţiu zilnic udarea unei flori, aşa cum stă scris în instrucţiuni ca exemplu, acela face ceva cu totul inutil. Căci acţiunea trebuie să pornească din proprie iniţiativă, deci trebuie s-o fi conceput tu însuţi. Atunci se face remarcat la acest exerciţiu un sentiment de: "pot realiza ceva", "sunt capabil de mai multe decât mai înainte", "simt impulsul spre activitate". Acest sentiment se resimte de fapt în întreaga parte superioară a corpului. Încerci apoi să-l faci să curgă spre inimă.

3. *A fi mai presus de bucurie şi suferinţă*: Îţi vine bunăoară odată să plângi. Atunci e momentul să faci acest exerciţiu. Te constrângi cu toată puterea să nu te laşi cuprins de plâns. Acelaşi lucru e valabil şi pentru râs. Străduieşte-te ca atunci când îţi vine să râzi, să nu cedezi râsului ci să rămâi liniştit. Nu înseamnă că nu mai trebuie să râzi, ci trebuie să te poţi stăpâni, să fi stăpân peste râs şi plâns. Şi dacă te-ai învins de câteva ori, încerci curând un sentiment de linişte şi calm. Lasă acest sentiment să curgă prin întregul corp, vărsându-l mai întâi din inimă în braţe şi în mâini, pentru ca prin mâini să iradieze în fapte. Îl laşi apoi să curgă spre picioare şi apoi spre cap. Acest exerciţiu cere o foarte serioasă autoobservare, pe care trebuie s-o efectuezi cel puţin un sfert de oră pe zi.

4. *Pozitivitatea*: În tot ce e rău trebuie să ştii a găsi grăuntele de bun, în tot ce e urât frumosul, şi chiar în fiecare răufăcător scânteia de divinitate. Capeţi atunci sentimentul că parcă te lărgeşti dincolo de pielea ta. Acest sentiment al dilatării este asemănător cu acela pe care îl are trupul eteric după moarte. Când încerci acest sentiment, lasă-l să iradieze prin ochi, urechi şi întreaga piele, mai ales prin ochi.

5. *Obiectivitatea*: Trebuie să rămâi mobil, să fi mereu capabil să asimilezi ceva nou. Dacă cineva ne povesteşte ceva ce ni se pare neverosimil, trebuie totuşi ca în inimă să rămână mereu un colţişor în care să ne spunem: s-ar putea totuşi să aibă dreptate. Ceea ce nu trebuie să ne tocească spiritul critic; putem verifica, desigur, cele aflate. Ne cuprinde atunci un sentiment ca şi cum ceva ar curge din afară în noi. Absorbim acest ceva prin ochi, urechi şi întreaga piele.

6. *Echilibrul*: Cele cinci trăiri anterioare trebuie acum aduse în armonie prin distribuirea echilibrată a atenţiei asupra lor.

Aceste exerciţii nu trebuie făcute neapărat câte o lună fiecare. Trebuia însă indicat un timp. Important, înainte de orice, este să fie executate în ordinea arătată. Cine face exerciţiul al doilea înaintea primului nu are nici un folos. Căci importantă este tocmai ordinea. Unii cred chiar că ar trebui să înceapă cu al şaselea exerciţiu, cu armonizarea. Dar se poate armoniza ceva când nu ai ce? Cel ce nu vrea să facă exerciţiile în ordinea indicată, acela nu are nici un folos de pe urma lor. Ca şi cum, trebuind să faci şase paşi peste o punte, ai vrea să începi cu al şaselea; la fel de absurd este să vrei să începi cu al şaselea exerciţiu.

Apoi cei mai mulţi dintre noi au primit o *meditaţie de dimineaţă*. Trebuie făcută dimineaţa, devreme, la o oră stabilită şi pe care o respecţi cât mai riguros cu putinţă. Te adânceşti la început în cele şapte versuri. La unii dintre noi sună în felul următor:

> În razele curate de lumină
> Străluceşte divinitatea lumii!
> În iubirea pură faţă de toate fiinţele
> Radiază Dumnezeirea sufletului meu.
> Mă odihnesc în divinitatea lumii,
> Mă voi găsi pe mine însumi
> În Divinitatea lumii!

În timpul meditaţiei nu trebuie să speculezi asupra acestor şapte rânduri, ci să trăieşti pe de-a-ntregul în lăuntrul lor. Trebuie să ţi le reprezinţi destul de plastic. Astfel:

> *În razele pure ale luminii*

Te vei simţi scăldat de undele lucitoare ale luminii care străbat din toate părţile şi a căror strălucire ţi-o vei reprezenta cât mai limpede.

> *Străluceşte divinitatea lumii*

îţi închipui că Dumnezeu este cel ce radiază spre tine prin aceste raze; încerci să-L simţi şi să-L absorbi în tine.

> *În iubirea pură faţă de toate fiinţele*
> *Radiază dumnezeirea sufletului meu.*

îţi reprezinţi cum faci ca razele divine pe care le-ai absorbit, să radieze înapoi, spre fericirea tuturor fiinţelor.

Rândurile finale trebuie să trezească reprezentarea şi sentimentul că ai fi cu totul îmbăiat de razele Divinităţii şi că în ele te găseşti pe tine însuţi. Cine vrea să-şi reprezinte aceasta deosebit de plastic, poate să-şi imagineze şi un pom pe care l-a îndrăgit şi la care revine cu plăcere.

După aceste şapte rânduri ni s-a dat un cuvânt sau o propoziţie spre adâncire. Această concentrare pe o propoziţie sau un cuvânt, de pildă "tărie", este foarte importantă. Este un fel de parolă, de cuvânt energic, adecvat cu exactitate structurii sufleteşti a fiecărui ins. Trebuie să laşi acest cuvânt să sune în suflet aşa cum se întâmplă când loveşti un diapazon. Şi aşa cum tragi cu urechea la sunetul tot mai pierdut al diapazonului, tot astfel după cufundarea în cuvânt trebuie să-l laşi să răsune în suflet, să te dăruieşti celor produse în suflet prin acest cuvânt.

În încheiere te cufunzi încă pentru cinci minute în propriul tău ideal divin. Nu discutăm aici despre ce fel de ideal e vorba; este vorba numai de crearea unei juste dispoziţii sufleteşti. E indiferent dacă te gândeşti la învăţător sau la cerul înstelat. Au venit deja atei care credeau că nu au nici un ideal divin. Dar au putut fi îndreptaţi spre cerul înstelat care totuşi smulge fiecăruia un sentiment de veneraţie şi devoţiune.

Cine a început odată să lucreze cu aceste exerciţii, acela trebuie să rămână la ele şi să nu le părăsească atunci când nu-i convine. Trupul astral şi cel eteric se obişnuiesc repede cu aceste exerciţii, şi când nu le capătă se revoltă. O întrerupere sau o încetare deplină a lor este în orice caz periculoasă.

Importantă este şi *retrospectiva de seară*. Ea trebuie făcută de la sfârşit spre început, ca să ne obişnuim cu modul de percepere al planului

astral. În timpul retrospectivei trebuie să-ţi reprezinţi totul cât se poate de plastic. La început, firește, dacă ai avut să zicem optzeci de evenimente şi trăiri, nu poţi să nu le evoci plastic pe toate optzeci în faţa sufletului. De aceea trebuie să procedezi la o selecţie înţeleaptă până ce, în fine, întreaga viaţă a unei zile ajunge să se desfăşoare în faţa ta ca un tablou. Importante sunt iarăşi micile acţiuni nesemnificative căci tocmai sforţarea e aceea care trezeşte forţele sufletului.

Note sumare de la lecţia esoterică de la Berlin, din 9 octombrie 1907 [Nota 23]

ÎNSEMNĂTATEA ANULUI 1879
DISCUTAREA UNEI FORMULE DE MEDITAŢIE

Tot ce este enunţat într-o lecţie esoterică ne este nemijlocit transmis de către învăţători, şi acela care vorbeşte este numai un instrument al intenţiilor lor.

Deosebirea între o lecţie exoterică şi una esoterică constă în aceea că acolo se asimilează o învăţătură, cunoştinţe, aici se *trăieşte* ceva. Învăţătorii vorbesc neîncetat oamenilor, însă numai cei pregătiţi pot să le audă vocea, cei al căror suflet este deschis pentru ca învăţătorii să găsească acces la ei. Munca esoterică este de cea mai mare însemnătate pentru dezvoltarea lumii, dar în acelaşi timp, şi pentru omul care se află în cea mai simplă situaţie socială.

Anul 1879 deschide o epocă de cea mai mare importanţă în dezvoltarea omenirii printr-un eveniment care s-a petrecut pe planul astral; de atunci cultura noastră a luat o altă direcţie.

În 1250 a început un curent spiritual care şi-a atins apogeul în 1459 [Nota 28]: când Christian Rosenkreutz a fost ridicat la rangul de cavaler al crucii cu trandafiri. Începu atunci (1510) epoca numită în ocultism epoca lui *Gabriel*. În 1879 a început epoca lui *Mihaiel*; cea care va urma se numeşte epoca lui *Orifiel*. Mari lupte îi vor răscoli pe oameni; de aceea este pregătit acum un mic grup pentru ca în acea epocă întunecată să facă să strălucească făclia cunoaşterii spirituale. (v. nota 28)

Discutarea formulei de meditaţie: "În razele pure ale luminii". Reprezentarea imaginativă a momentelor alcătuitoare:

În razele pure ale luminii
Străluceşte divinitatea lumii.

Aici divinitatea se revarsă ca lumină argintie şi strălucitoare a lunii peste lumea exterioară: ne simţim ca pătrunşi şi scăldaţi de această lumină.

În iubirea pură faţă de toate fiinţele
Radiază Dumnezeirea sufletului meu.

După identificarea cu lumea înconjurătoare, unde am încercat să recunoaştem Divinitatea, ne cufundăm în propriul nostru interiorior, iar prin iubirea care ne uneşte cu toate fiinţele, găsim relaţia cu Divinitatea şi simţim Dumnezeirea propriului nostru suflet.

Mă odihnesc în Divinitatea lumii.

Cuvântul *odihnă* are o putere magică: acela căruia îi reuşeşte să se concentreze în acest cuvânt şi să-l lase să acţioneze asupra sa, acela simte cum este străbătut cu totul de un sentiment de linişte şi pace. Găsim în interiorul nostru această linişte şi această pace când ne simţim în relaţie cu Dumnezeu: liniştea ne înconjoară, ne pătrunde.

Mă voi găsi pe mine însumi
În Divinitatea lumii.

Şi acum apare în noi reprezentarea ca a unui punct luminos, a unei scântei strălucitoare care ne licăreşte din depărtare şi spre care tindem ▮ şi în care ne vom găsi în sânul Divinităţii.

Note sumare de la lecţia esoterică de la München, din 16 ianuarie 1908 [Nota 29]

DESPRE PROCESUL RESPIRAŢIEI

În ultima noastră lecţie esoterică a fost vorba despre marile legităţi ale vieţii spirituale, aşa cum se relevează ele în decursul evoluţiei umane, despre marile puteri spirituale care guvernează tot ce se petrece pe planul fizic şi care se înlocuiesc reciproc în activitatea lor; astăzi vom vorbi într-un mod ceva mai intim despre legile vieţii spirituale aşa cum se desfăşoară ele chiar în lăuntrul omului.

Cel angrenat într-o educaţie ocultă este, într-un anumit sens, un om care aşteaptă, un căutător. El aşteaptă ca într-o bună zi să i se dezvăluie o nouă lume în afara aceleia pe care a perceput-o în mod obişnuit. El aşteaptă ca într-o bună zi să-şi poată spune: văd o nouă lume; văd ▮ printre toate obiectele şi fiinţele pe care le puteam percepe până acum în spaţiu ▮ o mulţime de entităţi spirituale care înainte îmi erau ascunse. Pentru ca acest lucru să devină cu totul limpede trebuie să evocaţi iarăşi în faţa sufletului cele şapte stări de conştienţă pe care omul le străbate în decursul dezvoltării sale. Prima stare de conştienţă prin care a trecut omul a fost un grad de conştienţă confuz, crepuscular, în care omul se simţea una cu Cosmosul; numim această stare existenţa saturneană. În existenţa solară amploarea conştienţei scăzu, dar deveni în schimb cu atât mai luminoasă. Când, după aceea, omul trecu prin existenţa lunară, conştienţa era asemănătoare celei pe care o trăim ▮ ca ultim rest ▮ în viaţa noastră de vis; era o conştienţă imaginativă, confuză. Aici, pe Pământ, avem conştienţa luminoasă de zi, care va rămâne când omul se va ridica iar la conştienţa imaginativă luminoasă. Mai departe, pe Jupiter, omul se va ridica la două stări încă şi mai înalte de conştienţă: cea inspirată şi cea intuitivă. Astfel conştienţa noastră luminoasă de zi stă la mijloc între conştienţa imaginativă confuză a lunii şi conştienţa imaginativă luminoasă a lui Jupiter. Şi ceea ce aşteaptă discipolul esoteric să i se descopere într-o zi este conştienţa jupiteriană. Fiecăruia dintre noi îi va veni odată această conştienţă, unuia mai devreme, altuia mai târziu, în funcţie de capacităţile sale, de gradul maturizării sale interioare.

Conştienţa jupiteriană există însă deja, incipient, în fiecare om. Într-un mod foarte plăpând, conştienţa viitoare e deja schiţată, numai că

omul nu şi-o poate explica. Într-o mare parte viaţa esoterică constă tocmai din aceea că elevul învaţă să interpreteze în mod just procesele subtile din el şi din ambianţa sa. Nici vechea conştienţă lunară nu a dispărut cu totul, ea supravieţuind prin ultimele rudimente. Cele două stări ale omului de azi, în care într-una e prezentă încă vechea conştienţă lunară şi în cealaltă deja noua conştienţă jupiteriană, sunt sentimentul de ruşine şi cel de frică. În sentimentul ruşinii, când sângele e împins spre periferia corpului, mai trăieşte un ultim rest al conştienţei lunare, iar în sentimentul fricii, când sângele se năpusteşte spre inimă ca să găsească acolo un centru solid de sprijin, se vesteşte conştienţa jupiteriană. Aşa înclină spre cele două părţi conştienţa de zi normală.

Când simţim ruşine în legătură cu ceva şi roşeaţa ruşinii ni se urcă în obraji, trăim ceva ce ne aminteşte de existenţa lunară. Reprezentaţi-vă un om lunar. El nu-şi spunea încă "eu", ci trăia într-o conştienţă imaginativă confuză, crepusculară, cu totul întreţesut în forţele şi entităţile astrale cu care se simţea a fi în unitate şi armonie. Încercaţi să vă închipuiţi, fraţilor şi surorilor, că într-o bună zi licăreşte la un asemenea om lunar deodată sentimentul: sunt un "Eu". Eu sunt diferit de ceilalţi, sunt o fiinţă de sine stătătoare şi toate celelalte fiinţe din jur mă privesc. ❙ Un uriaş sentiment al ruşinii l-ar fi cuprins de sus până jos pe întregul om lunar, ar fi încercat să dispară, să piară de ruşine, dacă ar fi trăit un asemenea sentiment prematur al eului. Aşa parcă am vrea şi noi, fraţii mei şi surorile mele, când ne năpădeşte un sentiment al ruşinii, să dispărem, să intrăm în pământ, să ne dizolvăm eul. Imaginaţi-vă cum era întreţesut vechiul om lunar în armonia cu entităţile şi forţele ambianţei sale. Când se apropia de el o fiinţă vrăjmaşă, nu se gândea, ci ştia instinctiv cum trebuie să se ferească. El acţiona dintr-un sentiment pe care ❙ dacă ar fi fost conştient ❙ l-ar fi putut exprima cam în felul următor: ştiu că legile lumii nu sunt orânduite în aşa fel încât acest animal sălbatic să mă sfâşie acum; ci armonia lumii este aşa încât trebuie să existe mijloace care să mă apere de duşman. ❙ Vechiul om lunar se afla deci nemijlocit în armonie cu forţele cosmosului. Dacă s-ar fi trezit în el un sentiment al eului, această armonie ar fi fost deranjată. Şi într-adevăr, de cum a început să străbată omul pe pământ, sentimentul eului l-a adus într-o tot mai mare disonanţă cu ambianţa. Clarvăzătorul aude cosmosul răsunând într-o impunătoare armonie, şi când compară cu ea sunetele care vin la el de la diferiţi oameni, constată că azi în toţi oamenii domneşte disonanţa; la unul mai mare, la altul mai mică, dar tot disonanţă rămâne. Iar datoria voastră este ca pe parcursul dezvoltării voastre să prefaceţi tot mai mult această disonanţă în armonie. Această disonanţă a apărut prin egoitate, dar ea a fost cu înţelepciune rânduită de către puterile spirituale care stăpânesc şi conduc cosmosul. Dacă oamenii ar fi rămas întotdeauna în armonie, n-ar fi ajuns niciodată la autonomie. Disonanţa a fost instituită pentru ca omul să-şi poată recâştiga armonia în mod liber, prin propria-i forţă. Sentimentul eului conştient de sine trebuia aşadar să se dezvolte mai întâi în contul armoniei interioare. Dacă vine apoi timpul în care începe să licărească conştienţa jupiteriană şi omul reintră în relaţie armonioasă cu forţele cosmosului, el va salva cu sine acest sentiment al eului în noua stare de conştienţă, aşa încât omul va fi atunci un eu de sine stătător şi se va afla totuşi în armonie cu cosmosul.

Am văzut că în sentimentul de frică se anunţă deja noua conştienţă jupiteriană. Dar totdeauna când o stare viitoare începe să apară înainte de timp, este prematură şi nelalocul ei. Printr-un exemplu acest lucru vi se va limpezi. Când o floare, care după soiul ei trebuia să înflorească în august, este făcută să înflorească într-o seră deja în mai, în august, la timpul normal al înfloririi ei nu va mai da nici o floare; forţele ei vor fi epuizate şi nu se va mai potrivi cu condiţiile în care trebuia să intre. Şi chiar în mai, de îndată ce este dusă din seră, va trebui să piară, deoarece nu se potriveşte cu condiţiile naturale ale acestui anotimp. Tot aşa e şi cu sentimentul fricii. Nici el nu e azi la locul lui, şi va fi încă şi mai puţin în viitor. Ce se petrece când apare acest sentiment? Sângele se strânge în centrul omului, în inimă, ca să formeze acolo un centru solid, ca să-l facă pe om tare în faţa lumii din afară. Forţa cea mai dinlăuntru a eului este cea care provoacă aceasta. Această forţă a eului, care acţionează asupra sângelui trebuie să devină tot mai conştientă şi mai puternică, iar pe Jupiter omul va putea să-şi conducă cu totul conştient sângele spre centru şi să se facă mai puternic. Ceea ce e însă azi nefiresc şi nociv e sentimentul fricii, legat de această circulaţie a sângelui. În viitor el trebuie să nu mai existe; vor trebui să acţioneze doar forţele eului, fără frică.

În decursul dezvoltării umane lumea exterioară ne înconjoară într-un mod tot mai ostil. Tot mai mult trebuie să învăţaţi a opune forţa voastră interioară lumii năvălitoare din afară. Dar frica trebuie să dispară. Şi în mod deosebit celui angajat în disciplina esoterică îi este necesar, absolut necesar, să se elibereze de toate sentimentele de teamă şi frică. Teama are o îndreptăţire autentică numai acolo unde ne face atenţi că trebuie să devenim puternici, dar toate sentimentele nefireşti de teamă, care-l torturează pe om, trebuie să dispară cu desăvârşire. Ce s-ar întâmpla dacă omul ar continua să aibă sentimente de teamă când apare conştienţa jupiteriană? Acolo lumea exterioară se va opune omului într-un mod mult mai ostil şi mai înfricoşător decât azi. Un om care nu se dezobişnuieşte aici de teamă, va cădea acolo dintr-o spaimă cumplită în alta.

De pe acum se pregăteşte această stare în lumea exterioară. Şi ea i se va arăta omului şi mai limpede în acel groaznic timp care se va năpusti peste noi sub conducerea lui Orifiel, despre care v-am vorbit ultima oară. Atunci omul trebuie să fi învăţat să se ţină tare! Cultura noastră de azi creează ea însăşi acei monştri înspăimântători care-l vor ameninţa pe omul de pe Jupiter. Priviţi uriaşele maşini pe care tehnica omenească le construieşte cu atâta ingeniozitate! În ele omul îşi construieşte demonii care în viitor se vor dezlănţui asupra lui. Tot ceea ce omul îşi construieşte azi ca aparate şi maşini, în viitor va căpăta viaţă şi se va opune omului cu vrăjmăşie într-un mod îngrozitor. Tot ce a fost creat numai din principiul utilitarist, din egoismul individual sau colectiv, va fi în viitor duşmanul omului. Ne interesăm astăzi mult prea mult de folosul celor ce le facem. Dacă vrem să promovăm cu adevărat dezvoltarea nu trebuie să ne preocupe utilitatea ci îndeosebi nobleţea şi frumuseţea lucrurilor. Acţiunile noastre să nu pornească numai din principiul utilitarist, ci din bucuria pură pentru frumos. Tot ceea ce creează astăzi omul ca să-şi satisfacă necesitatea artistică, din iubirea curată pentru frumos, se va însufleţi, deasemenea, în viitor şi va contribui la dezvoltarea superioară a omului. Este teribil însă să trebuiască astăzi să vezi cum mii de oameni sunt îndemnaţi, din fragedă copilărie, să nu cunoască nici o altă activitate în afara aceleia pe care o duc de dragul folosului material, şi să fie rupţi toată viaţa de ce este frumos şi artistic. Şi cele mai sărace şcoli elementare ar trebui să atârne pe pereţi cele mai splendide opere de artă ❙ asta ar aduce o nesfârşită binecuvântare în dezvoltarea umană. Omul îşi construieşte singur viitorul. Poţi să-ţi faci o idee despre cum va fi pe Jupiter dacă înţelegi că astăzi nu există nimic absolut bun şi nimic absolut rău. În fiecare om binele şi răul este astăzi amestecat. Cel bun trebuie doar să-şi spună că are ceva mai mult bine în el decât cel rău, dar că nu este pe deplin bun. Pe Jupiter însă binele şi răul nu vor mai fi amestecate, ci oamenii se vor împărţi în oameni pe deplin buni şi pe deplin răi. Şi tot ce cultivăm azi ca frumos şi nobil slujeşte la întărirea binelui pe Jupiter, iar tot ceea ce se face din punctul de vedre al egoismului şi utilitarismului, consolidează răul.

Pentru ca omul să fie cu totul fortificat în faţa puterilor rele ale viitorului, trebuie să intre în posesia forţei celei mai lăuntrice a eului său, trebuie să-şi poată regla conştient sângele în aşa fel încât acesta să-l facă puternic în faţa vrăşmaşului, dar fără nici o teamă. Forţa care poartă sângele în interior trebuie s-o aibă în stăpânirea sa. Dar nici cealaltă facultate, aceea de a împinge sângele de la inimă spre periferie, nu trebuie să se piardă pentru el. Căci starea jupiteriană va însemna, într-un fel, şi o întoarcere la vechea conştienţă lunară. Omul va intra iarăşi în armonie cu marile legi ale lumii şi se va simţi una cu ele. Va redobândi capacitatea să se unească cu marile puteri spirituale ale lumii, dar nu ca pe lună, inconştient şi crepuscular; pe Jupiter îşi va păstra mereu conştienţa luminoasă de zi şi sentimentul conştient de sine al eului şi totuşi va trăi în armonie cu forţele şi legile lumii. Disonanţa va fi prefăcută atunci în armonie. Iar ca să se poată vărsa în armonia universului, trebuie să poată face în mod conştient ca cea mai intimă forţă a Eului său să radieze din inimă spre afară. Aşadar trebuie să poată centraliza în mod conştient forţele interioare ale sângelui, când îi apare în cale un duşman, şi trebuie să le poată şi iradia conştient. Numai atunci va fi ajuns să corespundă condiţiilor viitoare.

Cel care tinde spre o dezvoltare interioară trebuie să înceapă încă de azi să intre, treptat, din ce în ce mai mult, în posesia acestor forţe. O face prin aceea că învaţă să inspire şi să expire conştient. Când omul inspiră suflul, intră în activitate forţele eului care îl pun în relaţie cu forţele cosmosului, adică acele forţe care iradiază din inimă spre afară. Iar când omul dă afară suflul şi se abţine să respire, intră în activitate acele forţe ale eului care pătrund spre centru, spre inimă şi îi creează acolo un centru stabil. Aşa învaţă discipolul încă de azi, dacă îşi face conştient exerciţiile de respiraţie în acest fel, să devină treptat stăpân pe forţele Eului său. Să nu creadă însă nimeni că-i este îngăduit să întreprindă independent astfel de exerciţii înainte de a fi căpătat indicaţii în privinţa aceasta. Fiecare le va primi la timp. Dar chiar şi pentru cel care nu face încă asemenea exerciţii, nu este niciodată prematur să se familiarizeze cu sensul acestor exerciţii şi să dobândească înţelegere pentru aceste lucruri. Cu atât mai rodnice vor fi ele mai târziu. Aşa trebuie, fraţilor şi surorilor, să căpătaţi tot mai multă înţelegere şi pentru procesele subtile care se petrec în voi şi în întreaga lume, integrându-vă treptat în perioadele viitoare ale dezvoltării umane.

Din expunerea făcută pe aceeaşi temă în 26 Ianuarie 1908 la Berlin au fost reţinute următoarele: [Nota 30]

Când inspirăm adânc şi reţinem suflarea, recapitulăm o parte a stării lunare. Când lăsăm însă suflul afară, avem în aceasta o parte a stării jupiteriene. De acestea depinde dacă discipolul ocult primeşte fie exerciţii în care trebuie să păstreze suflul înlăuntru, deoarece el are de trecut într-o anumită măsură prin starea lunară, fie exerciţii în care trebuie să lase suflul afară deoarece, în felul acesta, poate atinge starea jupiteriană. Fiecare trebuie să aibă un regim individual.

Ştim că curentul omenirii se împarte de pe acum în două părţi: una care trece în bine, în ceea ce este moral, şi alta care se termină prin ceva îngrozitor, prin rău. Aceste stări se pregătesc încă de pe acum, germenii există deja. Astfel, tot ce există astăzi în lume ca maşini, instrumente şi sunt puse în mişcare, vor deveni pe Jupiter demoni cumpliţi, înspăimântători. Tot ceea ce slujeşte doar principiului utilitar va căpăta anvergura unor asemenea puteri înfricoşătoare. Acest proces poate fi paralizat dacă facem ca aceste aparate utilitare, pe lângă folosul pe care îl aduc, să vestească, înainte de toate, frumosul, divinul. E foarte bine să ştim acest lucru. Altminteri asemenea forţe ar sfâşia cândva Pământul. Vedem de asemenea cât de important este ca în educaţia copilului să-l înconjurăm pe acesta cu impresii artistice. Arta te face liber. Şi locomotiva trebuie transformată cândva într-o maşină care să fie frumoasă. Sentimentele noastre de teamă, de frică sunt hrană pentru alte entităţi rele. Nu trebuie să lăsăm să apară asemenea gânduri. Căci pe Jupiter astfel de demoni ne vor împresura în număr mult mai mare decât acum. Dar n-are a se teme în privinţa aceasta cel care-şi păstrează, ca om înţelept, învelişul curat, în aşa fel încât muştele să nu se poată aduna în jurul murdăriei.

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

IV
LĂMURIRI ÎN LECŢIILE ESOTERICE

Lecţie esoterică de la Berlin, din 24 Octombrie 1905 [Nota 22]

Unica redactare de către Rudolf Steiner a unei lecţii esoterice

Aforismul:

Mai strălucitoare decât Soarele
Mai curată decât zăpada
Mai subtilă decât eterul
Este Sinea,
Spiritul din inima mea.
Această sine sunt eu,
Eu sunt această sine.

Strahlender als die Sonne
Reiner als der Schnee
Feiner als der Äther
Ist das Selbst,
Der Geist in meinem Herzen.
Dies Selbst bin Ich,
Ich bin dies Selbst.

ne înalţă în fiecare dimineaţă spre sinea noastră superioară. Asemenea aforisme n-au fost născocite prin capriciul unei personalităţi ci au fost scoase din lumea spirituală. De aceea ele conţin mai mult decât se crede de obicei. Şi gândeşte despre ele în mod just cel ce presupune că niciodată nu va fi posibil să le sondeze conţinutul până la capăt, ci să descopere tot mai multe aspecte pe măsură ce se adânceşte în ele tot mai mult. De aceea şcoala esoterică poate să dea numai unele indicaţii singulare despre felul în care trebuie căutat conţinutul. Asemenea indicaţii vor fi comunicate în cele ce urmează.

Mai strălucitoare decât soarele

Omul vede obiectele din jurul său doar când acestea sunt luminate de soare. Ceea ce le face vizibile sunt razele de soare reflectate de ele în ochiul privitorului. Dacă nu ar fi lumină, lucrurile nu ar fi vizibile. Dar prin această lumină exterioară devin vizibile numai obiectele lumii fizice. Dacă vrea să vadă fiinţele şi lucrurile sufleteşti şi spirituale, trebuie să-I lumineze omului o lumină "mai strălucitoare decât soarele". Această lumină nu provine de la vreun soare exterior. Ea porneşte de la izvorul de lumină pe care-l aprindem în noi înşine când pornim în căutarea sinei superioare, veşnice din lăuntrul nostru. Această sine superioară e de altă obârşie decât sinea inferioară. Această din urmă percepe ambianţa cotidiană. Dar ceea ce trăieşte în această ambianţă cotidiană a luat naştere odată şi va trece. Cele ce simţim prin intermediul lor nu au, în sine, decât o valoare trecătoare. Şi din asemenea percepţii şi din gândurile apărute în legătură cu ele este construită sinea noastră trecătoare. Toate lucrurile care devin vizibile prin soare, nu au existat cândva în trecut, şi cândva, în viitor, nu vor mai exista. Chiar şi soarele a luat naştere cândva şi într-o bună zi va trece. Dar sufletul există tocmai pentru ca să recunoască veşnicul din lucruri. Cândva, când întregul pământ nu va mai exista, vor continua să existe sufletele care au locuit pe el. Şi ce au trăit aceste suflete pe pământ, vor duce ca amintire înspre alte locuri. E ca şi când un om mi-ar fi făcut un bine. Fapta trece. Dar ceea ce a sădit sufletul meu prin ea, asta rămâne. Iar legătura de iubire care m-a legat de el prin aceasta, nu trece. Ceea ce trăim este mereu izvorul a ceva ce rămâne în noi. Noi înşine scoatem astfel din lucruri ceea ce rămâne şi ducem în eternitate. Iar când oamenii vor fi transplantaţi odată pe o cu totul altă scenă, vor aduce cu ei cea ce au adunat aici. Iar faptele lor din noua lume vor fi ţesute din amintirea celei vechi. Căci nu există sământă care să nu dea fruct. Dacă suntem legaţi de un om prin iubire, această iubire este o sământă al cărei fruct îl trăim în întregul viitor, deoarece cu un asemenea om mergem împreună în întregul viitor. Trăieşte astfel în noi ceva ce e întreţesut cu puterea divină, care leagă toate lucrurile într-o ţesătură cosmică eternă. Acest " ceva " este sinea noastră superioară. Şi *aceasta* e "mai strălucitoare decât soarele". Lumina soarelui îl luminează pe om doar din afară. Soarele meu sufletesc îl luminează din interior. De aceea este mai strălucitor decât soarele.

Mai curată decât zăpada

Orice lucru este în sine curat. Se murdăreşte doar când e unit cu altul cu care nu trebuie să se unească aşa. Apa în sine este curată. Dar şi ceea ce este conţinut în apă ca murdărie ar putea fi curat dacă ar fi în sine, dacă nu s-ar fi fost unit cu apa într-un mod neadecvat. Cărbunele în sine este curat. Devine murdărie numai dacă se uneşte cu apa într-un mod necorespunzător. Acum, dacă apa îşi ia forma proprie în cristalul de zăpadă, se separă de toate cele ce s-au unit cu ea într-un mod neadecvat. Aşa se curăţă sufletul omenesc când se separă de tot ce s-a unit cu el în chip nefiresc. Iar de el ţine ceea ce este divin, nepieritor. Fiecare ideal, fiecare gând la ceva mare şi frumos aparţin formei lăuntrice a sufletului. Şi când se concentrează asupra unor asemenea idealuri, asupra unor asemenea gânduri, atunci se curăţă precum apa când devine cristal de zăpadă. Şi deoarece spiritualul este mai pur decât orice substanţă, se poate spune că "sinea

superioară", adică sufletul care trăieşte în înalturi, este "mai curată decât zăpada ".

Mai subtilă decât eterul

Eterul este cea mai subtilă substanţă. Dar *orice* substanţă este încă densă în raport cu sufletul. Nu *densul* este ce rămâne, ci "subtilul". Piatra, la care gândeşti ca la o substanţă, piere ca substanţă. Însă *gândul* despre piatră, care trăieşte în suflet, rămâne. Dumnezeu a gândit acest gând. Şi, din el a făcut piatra solidă. După cum gheaţa este doar apă solidificată, tot aşa piatra este un gând solidificat al lui Dumnezeu. Toate lucrurile sunt astfel de gânduri solidificate ale lui Dumnezeu. "Sinea superioară" dizolvă însă toate lucrurile, şi în ea trăiesc atunci gândurile divine. Iar dacă sinea e ţesută de asemenea gânduri divine, atunci e "mai subtilă decât eterul".

Spiritul din inima mea

Abia atunci a priceput omul un lucru când l-a cuprins cu inima. Intelectul şi raţiunea sunt doar mijlocitorii pentru înţelegerea cu inima. Prin intelect şi raţiune pătrunzi în gânduri divine. Dar dacă ai astfel gândul, trebuie să înveţi a-l *iubi*. Omul învaţă încetul cu încetul să iubească toate lucrurile. Asta nu înseamnă că inima sa trebuie să se ataşeze fără discernământ de toate câte îi ies în cale. Căci experienţa noastră este mai întâi de toate înşelătoare. Când însă te străduieşti să cauţi într-o fiinţă sau un lucru baza lor divină, începi atunci să le şi iubeşti. Dacă am în faţa mea un om ticălos, nu ticăloşia sa trebuie s-o iubesc. N-aş face decât să mă înşel şi nici pe el nu l-aş ajuta. Dacă mă gândesc la felul în care a ajuns acest om în ticăloşie şi îi stau alături pentru a ieşi din ea, atunci îl ajut, iar eu răzbat la adevăr. Trebuie să caut pretutindeni felul în care pot iubi. Dumnezeu e în toate lucrurile, dar acest dumnezeiesc dintr-un lucru trebuie mai întâi să-l caut. Nu latura exterioară a unei fiinţe sau a unui lucru trebuie s-o iubesc necondiţionat, căci aceasta este înşelătoare şi uşor aş putea ajunge să iubesc eroarea. Dar în spatele oricărei iluzii se află adevărul, iar acesta poate fi totdeauna iubit. Iar când inima caută iubirea adevărului în toate fiinţele, atunci trăieşte "spiritul din inimă". Această iubire e veşmântul pe care sufletul trebuie totdeauna să-l poarte. Atunci el însuşi ţese dumnezeiescul în lucruri.

*

Membrii şcolii trebuie să se folosească de minutele libere ale zilei pentru a lega asemenea gânduri de aforismele înţelepciunii divine, pe care ni le-au dat maeştrii, dintr-o incomensurabilă experienţă de lume. Niciodată să nu creadă că au înţeles complet un asemenea aforism, ci să presupună întotdeauna că în el se află totdeauna mult mai multe decât au găsit ei. Printr-o asemenea atitudine se dobândeşte sentimentul că în orice adevărată înţelepciune stă cheia infinitului, iar printr-un asemenea fel de a gândi te uneşti cu acest infinit.

*

Nu este important să meditezi multe propoziţii, ci să laşi puţinul iarăşi şi iarăşi să trăiască în sufletul adus la linişte.

Nu trebuie să speculezi prea mult în timpul meditaţiei ci să laşi liniştit să acţioneze asupra ta conţinutul propoziţiilor de meditat. Dar în afara meditaţiei, în momentele libere ale zilei, trebuie să revii necontenit la conţinutul propoziţiilor de meditat şi să vezi ce reflecţii poţi extrage din ele. Acestea devin atunci o forţă plină de viaţă care se coboară în suflet făcându-l tare şi puternic. Căci atunci când sufletul se uneşte cu adevărul veşnic, trăieşte el însuşi în veşnicie. Iar când sufletul trăieşte în veşnicie, entităţile superioare au acces la el şi pot coborî în el propria lor forţă.

Note de la lecţia esoterică de la Berlin din Vinerea Mare, 13 aprilie 1906 [Nota 23]

DESPRE UNIREA IMAGINII CU PROTOTIPUL
AUM ŞI GÂNDUL PASCAL

Tot ce este fizic în jurul nostru ia naştere şi trece, numai prototipurile lucrurilor nu se nasc şi pier; ele n-au fost create şi nu pier, sunt veşnice. Pământul fizic ia naştere şi trece, dar prototipul pământului nu ia naştere şi nu trece. Prototipul pământului e veşnic. Iar în prototipul pământului sunt cuprinse toate prototipurile lumii fizice. Precum prototipul pământului, nici ele nu iau naştere şi nu pier: sunt veşnice. După cum pământul are prototipul său veşnic, tot aşa fiecare mineral, fiecare plantă, fiecare animal, fiecare om îl are pe al său, care străluceşte din veşnicie întru frumuseţe şi splendoare. Omul trebuie necontenit să înveţe a se uni cu prototipurile lucrurilor. Către ele trebuie să se ridice. Învaţă să se unească cu ele trăind amintirea. Când discipolul priveşte în retrospectiva de seară asupra zilei care s-a scurs, şi îşi aminteşte scenele zilei, bucuriile şi necazurile trăite, când amintirea face să se perinde din nou prin suflet bucuriile şi necazurile legate de evenimentele zilei, atunci el se pune în legătură cu acea viaţă care rămâne, care continuă să fie prezentă chiar şi fără expresia ei materială. Omul trebuie să-şi evoce prin fantezie evenimentele din viaţa sa şi a celorlalţi, lăsând ca în sufletul său să curgă bucuria şi durerea care însoţeau evenimentele: prin aceasta învaţă să se ridice la entităţile care se încorporează în bucurie şi durere, învaţă să trăiască conştient în lumea sufletească. Suntem statornic înconjuraţi de asemenea entităţi. Atunci înveţi să le percepi.

Dacă încercăm să ne chemăm în amintire evenimente trăite de noi în trecut, este altceva decât dacă evocăm evenimente despre care am citit sau auzit. Deosebirea este că la primele am participat cu sinea noastră. Şi acesta este lucrul important Este bine să exersăm evocarea în amintire a trăirilor din trecutul nostru. O durere, o bucurie pe care le-am simţit cândva, arată în amintire cu totul altfel în prezent decât odinioară. Prin această aducere aminte ne apropiem de adevărata cunoaştere. Vedem lucrurile cum sunt în realitate, dacă izbutim să simţim cu adevărat o durere sau o bucurie pe care nu le avem. Dacă suntem capabili să facem ca în noi să se ridice imagini ale celor pe care acum nu le vedem, ne apropiem, prin aceasta, de Divinitatea creatoare.

Asemenea învăţături le erau date discipolilor în şcolile rozecruciene. Ei trebuiau să aducă din proprie iniţiativă în suflet, fără realitatea lor brutală, bucuria şi tristeţea legate de evenimente anterioare ale vieţii. Dacă laşi să se ridice în suflet, în acest fel bucurie şi tristeţe, trezeşti organele sufleteşti. Celui care nu putea încă singur să le aducă, iniţiaţii, ca să-i trezească organele sufleteşti, îi prezentau imagini dramatice, scene din viaţa omenească, prin care omul învaţă să simtă şi fără realitatea brutală, ceea ce de obicei este legat de evenimentele înseşi. Asta e ceea ce rămâne din evenimente în lume. La asta trebuie omul să înveţe să se avânte.

Omul îşi va aminti de existenţe pământeşti anterioare în măsura în care a învăţat să recunoască veşnicul din lucruri şi aduce el însuşi în lume elemente de veşnicie.

Discipolul yoga face exerciţii de respiraţie. Respiraţia omului obişnuit este neregulată, neritmică. Discipolul yoghin învaţă să-şi ritmeze respiraţia. Respiraţia neritmică este de fapt ucigătoare. Prin suflul pe care-l exală, omul ucide. Îşi aduce moarte sieşi şi altora atâta timp cât respiraţia nu a devenit ritmică şi plină de viaţă, prin exerciţiu yoga. Prin respiraţia ritmică, respiraţia omului devine şi individuală. La sălbatici acţiunile sunt slab individualizate. Cu cât omul urcă mai sus în dezvoltarea sa, cu atât acţiunile sale vor purta o pecete mai individuală. Dar

la toţi oamenii dezvoltaţi, şi respiraţia este la fel; acum omul trebuie să înveţe să-şi individualizeze suflul. Prin aceasta, în procesul respiraţiei, se introduce pe sine tot mai mult în mod caracteristic în lumea înconjurătoare. Cât prelucrează din el în lumea înconjurătoare prin respiraţie, atât supravieţuieşte din el ca veşnic, netrecător, atât va regăsi din sine în toate încarnările ulterioare. Prin procesul respirator ritmic el transformă lumea şi conlucrează astfel la săvârşirea proceselor cosmice. Participă la creaţie pe Pământ.

În timp ce suflul omului obişnuit ucide, suflul omului purificat aduce viaţă lumii înconjurătoare. Aerul din oraşe este mai rău nu numai pentru că este murdărit de tot felul de lucruri fizice, ci şi pentru că-l strică respiraţia neritmică, nepurificată a oamenilor. Aerul din oraşe este plin de substanţe otrăvitoare datorită imoralităţii oamenilor. La ţară aerul e mai curat decât la oraşe. Acolo oamenii mai duc o încă viaţă mai simplă, mai ritmică, într-o linişte mai mare. În timp ce, în oraşe, omul este plin cu gânduri despre tot felul de lucruri care se învălmăşesc în viaţa lui făcând-o neritmică, omul de la ţară se obişnuieşte să-şi adapteze viaţa la cursul ritmic al naturii, al devenirii şi trecerii, la ritmul anotimpurilor. În corelaţie cu natura, el întreprinde în fiecare an, în anumite perioade, anumite munci şi prin aceasta se pune în legătură mult mai strânsă cu marile legi ale lumii decât o face orăşeanul, care nu ţine deloc seama de aceste legi ale lumii. Prin această integrare ritmică în cursul vieţii lumii, cel ce trăieşte la ţară aduce ritmicitatea şi în viaţa sa. Printr-un asemenea ritm, şi aerul pe care-l respiră devine mai ritmic, mai curat şi mai bun.

Plantele răspândesc aer curat. Ele sunt curate, fără pofte, altruiste; de aceea ne simţim aşa de bine în lumea plantelor!; din ea se revarsă viaţă. Dar omul obişnuit aduce moarte ambianţei prin suflul său. Printr-o viaţă curată morală, altruistă, omul trebuie să-şi transforme suflarea într-una pură, plină de viaţă şi s-o ritmizeze prin exerciţii yoga. Apoi trebuie să înveţe să-şi reverse individualitatea în suflu, s-o întipărească asupra lumii: prin aceasta dă viaţă ambianţei. Printr-o educaţie continuă de acest fel yoghinul învaţă să plutească deasupra fizicului, să trăiască pe planul veşniciei. Prin aceasta se ridică până la prototipurile eterne, nepieritoare, ale lucrurilor; care nu se nasc şi nu pier; se uneşte şi cu propriul său prototip. Fizic, omul se naşte şi piere; dar pentru fiecare om există un prototip; acesta este veşnic.

Dacă yoghinul învaţă să se unească cu prototipurile, s-a înălţat în lumea veşnică a spiritului; pluteşte deasupra efemerului. Aceasta este starea despre care se spune că yoghinul se odihneşte între aripile marii păsări, ale lebedei, ale lui AUM!

AUM este trecerea înapoi, de la imagini la prototip, dizolvarea în nepieritor. Dizolvarea în veşnic, unirea cu prototipurile este exprimată în această mantră din Upanişade:

> Yasm jatam jagat sarvam, yasminn eva praliyate
> Yenedam dhriyate caiva, tasmai jnanatmane namah.

E ceea ce poate fi găsit şi în gândul pascal. Este învierea omului din înrobirea lui de cele trecătoare şi materiale, în regiunile veşnice ale prototipurilor. Natura slujeşte ca simbol pentru aceasta. După cum, la Paşti, din pământ încolţeşte pretutindeni viaţă nouă, după ce sământa s-a jertfit şi a putrezit în pământ pentru a da noii vieţi posibilitatea de a lua naştere, tot aşa trebuie să moară toate cele inferioare din om. El trebuie să sacrifice natura inferioară pentru ca să se poată ridica la prototipurile veşnice ale lucrurilor. De aceea şi creştinătatea sărbătoreşte în acest anotimp al trezirii naturii din somnul iernii, moartea şi învierea Mântuitorului.

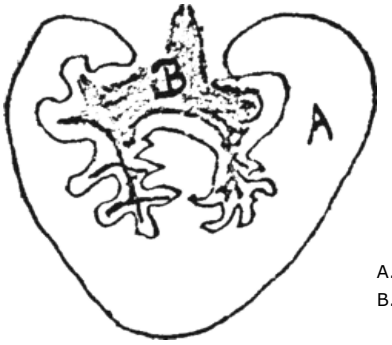
Şi omul trebuie mai întâi să moară pentru ca apoi să trăiască învierea întru spirit. Numai cel ce învinge ataşarea de lucrurile trecătoare poate deveni el însuşi nepieritor ca şi prototipurile veşnice, numai acela se poate odihni între aripile marii păsări Aum. Omul devine atunci un împreună-lucrător la progresul lumii. Participă la transformarea ei în vederea unei existenţe viitoare; din lăuntrul său cel mai profund acţionează atunci magic asupra lumii.

> Sine originară, din care am ieşit,
> Sine originară, care trăieşte în toate lucrurile,
> La Tine, Sine originară, venim înapoi.
>
> Urselbst, von dem wir ausgegangen sind,
> Urselbst, welches in allen Dingen lebt,
> Zu dir, du höheres Selbst, kehren wir zurück.

Note de la lecţia esoterică de la Berlin, din 2 Octombrie 1906 [Nota 24]

DESPRE CONSTITUIREA TRUPULUI SPIRITUAL PRIN MEDITAŢIE

Într-un sens modest trebuie să ne înalţe totuşi faptul că am fost consideraţi vrednici de a lua parte la şcoala esoterică. Nu din întâmplare am ajuns aici. Faptul că am căutat-o, că am fost lăsaţi să intrăm este o dovadă că această năzuinţă trăia în noi de mai multe vieţi. Lumea din afară nu ne mai poate mulţumi, nu ne putem dedica ei. Dacă am fi putut, n-am fi căutat drumul care ducea aici. Lumea de afară reprezintă deplina înflorire a celei de a cincea subrase; alături de această înflorire se arată deja zorii celei de a şasea zile sau celei de a şasea subrase. Aceasta va fi una mult mai spirituală; trupul spiritual va fi mult mai dezvoltat. Ea va fi preînflorirea a ceea ce se va dezvolta pe deplin în a şasea rasă originară. - Noi, cei care suntem în şcoala esoterică, aparţinem acestor zori a celei de-a şasea zi; îl urmăm şi îl slujim pe marele maestru care supraveghează constituirea ei; misiunea noastră este să creăm şi să naştem din noi acest trup spiritual. Trupul nostru fizic nu este eul nostru; nu trebuie să ne identificăm cu el. Aşa cum este acum, cu această soliditate minerală, l-am primit ca un instrument pentru misiunile celei de-a cincea rase originare. Trebuie să-l folosim şi să-l formăm ca pe un instrument; eul nostru trebuie să aibă putere asupra lui. Înainte vreme, eul nostru avea un instrument de alt gen; trupul celei de-a patra rase originare, a celei atlanteene, care nu cunoştea încă separarea dintre soare şi ploaie, care se mişca prin ceaţă unduitoare, era în unele privinţe altfel constituit, dar eul nostru era acelaşi; încă şi mai diferite erau trupurile rasei lemuriene, îndeosebi în stadiile ei iniţiale, care se mişcau plutind în mediul acvatic şi aerian. Acelaşi eu lucra la ele. Trupul nostru fizic s-a născut din macrocosmos. Lumea exterioară l-a format; din trupul nostru fizic trebuie eul nostru să creeze trupul spiritual. Atma se numeşte trupul nostru spiritual. Atma înseamnă suflare. Prin respiraţia reglată în timpul meditaţiei ne construim trupul spiritual. Într-adevăr, cu fiecare respiraţie ne inspirăm sau ne expirăm eul.



A. Organismul fizic, trupul fizic, trupul eteric, trupul astral
B. Manas, Buddhi, Atma (Sinea spirituală…)

Acest desen ne ajută să ne reprezentăm ce se petrece de fapt. Noi formăm trupul spiritual în lăuntrul trupului exterior constituit de zei. Eul se revarsă în el cu fiecare inspiraţie şi iese iarăşi la expiraţie. În timp ce reglăm respiraţia şi ne concentrăm asupra unor diferite puncte ale corpului nostru, ne înzestrăm trupul spiritual cu forţele care sunt necesare construirii lui. Eul însuşi stă în directă legătură cu acel loc din regiunea frontală, situat puţin deasupra rădăcinii nasului, înăuntru; gândirea cu laringele, simţirea cu mâinile, voinţa cu picioarele şi în general cu partea corporală inferioară. Dacă străbatem corpul nostru cu aceste forţe prin respirarea reglată, clădim la trupul nostru spiritual.

În spirit se afla germenele trupului meu (v. pag. 80).

Note de la aceeaşi lecţie luată de la altă mână

Pe parcursul dezvoltării lui lăuntrice, discipolului îi sunt date anumite exerciţii prin care trebuie să cultive omul spiritual din el. Va întreprinde exerciţii respiratorii după indicaţia profesorului său. Aceste exerciţii au menirea să-l conducă spre spiritualizare. Omul are în el un organ care, atunci când inspiră, se umple cu aer, iar când expiră, se goleşte iarăşi de aer.

La inspiraţie, aerul pătrunde în acest organ până în cele mai fine ramificaţii. Acest organ este plămânul. În aer trăieşte spiritul omului. Când inspiră, el îşi absoarbe spiritul, când expiră, îşi exală spiritul. Spiritul omului se dezvoltă tot mai mult. Şi astfel spiritul omului se găseşte alternativ când în om, când în afara lui. Prin inspiraţie şi expiraţie este stimulată creşterea omului spiritual.

Este foarte important ce încredinţează omul spiritului său când expiră. Prin aceste gânduri se construieşte spiritul său. Omul îşi făureşte spiritul prin fiecare gând pe care-l încredinţează suflului său, pe care-l exală. Omul nu a avut dintotdeauna un organ pentru a inspira aerul. Dacă ne întoarcem în timp pe planetele anterioare, pe lună bunăoară, constatăm că acolo trăiau fiinţe care nu inspirau aer, ci foc. Şi după cum azi omul inspiră aer şi expiră dioxid de carbon, acolo fiinţele inspirau foc şi expirau răceală.

Va veni un timp când omul nu va mai inspira şi expira aer. După cum omul îşi pregăteşte singur căldura pe pământ prin organul căldurii, inima cu circulaţia sângelui, tot aşa va avea mai târziu, în interiorul său, un organ care-i va aproviziona organismul cu ceea ce preluăm acum din aer, precum organul căldurii ne aprovizionează acum cu căldură care înainte, pe lună, era absorbită şi inspirată de către fiinţe din lumea înconjurătoare. Oamenii vor putea prelucra ei aerul uzat, în viitor, în lăuntrul lor. Când acest stadiu va fi atins, ei nu vor mai lua aer din mediu, nu vor mai trăi atunci în aer. Într-o fază şi mai îndepărtată, pe Jupiter, oamenii vor trăi în lumină şi vor absorbi lumină, aşa cum absorb acum aer, şi cum pe lună au absorbit căldură.

Va veni odată, şi pe acest Pământ, timpul în care omul nu va mai trăi decât în spiritul său, când nu va mai avea nevoie de corp decât ca instrument; deja de pe acum se croieşte acest timp. Trăim în ziua a cincea a omenirii, în a cincea rasă şi perioadă de dezvoltare a Pământului nostru; dar în lumea spirituală au început deja să se ivească zorile celei de a şasea. Omenirea trăieşte deja în aurora celei de a şasea zile.

Note de la lecţia esoterică de la Berlin, din 14 Noiembrie 1906 [Nota 25]

TREZIREA OMULUI LA CONŞTIENŢA DE SINE

În aceste consideraţii urmează să fie lămurite mai îndeaproape exerciţiile pe care le au de făcut cei aflaţi în învăţarea esoterică. Pentru cel care nu are încă de executat asemenea exerciţii, aceste lămuriri îi vor fi o pregătire în vederea timpului când şi el le va avea de făcut. Marii maeştrii ai înţelepciunii şi ai armonizării sentimentelor ne călăuzesc în lupta noastră interioară pentru cunoaştere. ❙ Un exerciţiu cunoscut multora este acela care constă în a te concentra mai întâi asupra punctului de la rădăcina nasului, între sprâncene, în interiorul capului, apoi asupra punctului din interiorul laringelui, după aceea asupra punctului extins într-o linie care se extinde de la umeri spre braţe şi mâini, şi în sfârşit asupra unui punct şi mai extins, care se întinde asupra întregii suprafeţe corporale. În ştiinţa ocultă se vorbeşte de aceste linii şi suprafeţe tot ca despre puncte. Vrem să învăţăm să înţelegem mai bine acest exerciţiu.

Pentru acestea trebuie să mergem cu gândul mult înapoi şi să ne transpunem în timpul lemurian. Pământul arăta pe atunci cu totul altfel. Ceea ce este astăzi stâncă solidă, curgea ca apă. Nu exista încă aer în sensul actual, pământul era învăluit în aburi fierbinţi. Multe metale care astăzi sunt solide existau pe atunci ca vapori sau curgeau ca apa; atmosfera de aburi era străbătută de curenţi eterici ca azi de curenţi de aer. Pe acest pământ trăia deja omul. Era însă un fel de animal-peşte-pasăre care se deplasa plutind, înotând. Un eveniment important în devenirea omului a fost atunci că şi-a format o piele, prin care s-a despărţit de lumea înconjurătoare şi s-a transformat într-o fiinţă autonomă. Până atunci omul nu fusese despărţit de ambianţă, curenţii întregii lumi treceau prin el; acum însă se închise prin piele. Această închidere era pricinuită de un curent eteric determinat. După un anumit timp se petrecu un alt eveniment important. Omul se ridică şi dădu prin aceasta întregii sale acţiuni şi strădanii o anumită orientare. Înainte, corpul omului fusese orientat ca la animalul de azi. De abia acum putu omul să-şi formeze membrele dinainte, braţele şi mâinile aşa cum sunt azi, adică pentru muncă în adevăratul înţeles. De abia acum începu omul să lucreze de sine stătător, de abia acum îşi putu dezvolta o karmă individuală. Nici un animal nu poate asta. Numai o fiinţă cu mers vertical îşi creează propria karmă. Un al doilea curent eteric e cel care a produs această transformare. ❙ Un al treilea curent eteric avu ca urmare o a treia transformare importantă. Abia acum, când omul dezvoltă un mers vertical, s-au putut forma plămâni cum numai omul are, şi legat de ei, se formă, din delicate substanţe eterice, laringele. Acum se putu dezvolta treptat vorbirea omenească. ❙ Datorită unui al patrulea curent eteric se formă organul dintre sprâncene, la rădăcina nasului, şi abia prin aceasta se trezi omul la conştienţa de sine:

conştienţa de sine, căci înainte poseda doar sentimentul de sine.

Deci dacă îţi îndrepţi atenţia, intens şi energic, mereu numai asupra unuia dintre cele patru puncte, adică asupra rădăcinii nasului, sau asupra laringelui, sau asupra mâinilor şi braţelor, sau asupra întregii suprafeţe corporale, şi uneşti acest exerciţiu cu un anumit cuvânt, foarte precis, care este împărtăşit numai direct, de la învăţător la discipol, intri în legătură cu acel curent eteric, ce a produs prefacerea din corpul omenesc. Educaţia ocultă constă, înainte de toate, în aceea că devenim conştienţi de procesele care lucrează inconştient asupra corpului nostru. Trebuie să intrăm într-o relaţie conştientă cu forţele cosmice.

Când îţi încrucişezi mâinile în aşa fel încât dreapta stă peste stânga şi te concentrezi asupra mâinilor astfel împreunate, aducând în centrul conştienţei un anumit cuvânt, vei remarca în curând, presupunând că exerciţiul este făcut suficient de des, cu maximă energie şi răbdare că ambele mâini tind să se despartă şi că braţele se deschid cu totul de la sine. Este poziţia sfinţilor medievali. Şi acest exerciţiu îşi are importanţa lui determinată. Mereu trec curenţi eterici din cosmos prin corpul uman. Un asemenea curent pătrunde prin cap, trece de acolo în piciorul drept, apoi în mâna stângă, pe urmă în mâna dreaptă, după aceea în piciorul stâng şi de acolo iarăşi în cap. Dacă ne imaginăm omul stând cu braţele desfăcute în poziţia descrisă mai sus, curentul ne apare în forma pentagramei. Ar fi rău pentru om dacă curentul ar intra nu prin cap ci prin picioare. Prin picioare pătrund în corpul omenesc toate influenţele negative. Magicienii negrii se folosesc de aceasta. Dar acest curent circulă prin om nu numai atunci când omul se află în această poziţie specială, ci totdeauna, chiar şi când mâinile sunt împreunate sau un picior este îndoit. Există cinci felurite vibraţii eterice prin corpul omenesc. Una dintre ele circulă şi în substanţa solidă şi de aceea se numeşte deoarece poate străbate şi pământul compact "pământească".

Aceşti cinci curenţi circulă permanent prin om şi-l pun în legătură cu întregul cosmos.

Fiinţa umană este ţesută din spirit; ne-am născut din spirit, am coborât în materie, şi ne întoarcem iarăşi în spirit. Curenţii care erau activi asupra noastră la coborârea în materie, trebuie să ne devină conştienţi. Mergem înapoi pe acelaşi drum pe care am venit, dar conştient. Nu există o altă dezvoltare adevărată. Ceea ce aprindem deja în noi prin aceste exerciţii, omenirea generală va dezvolta abia în a şasea rasă originară. O rasă originară se numeşte în ştiinţa ocultă o zi a creaţiei. Ne aflăm în stadiul pregătirii celei de a şasea zi a creaţiei, suntem în zorii celei de a şasea zi a creaţiei. Coborârea din spirit, viaţa în materie şi reîntoarcerea în spirit, sunt exprimate prin trei litere:

A U M

Note de la lecţia esoterică de la München, din 6 Iunie 1907 [Nota 26]

TEMELIILE UNEI EDUCAŢII ESOTERICE

Trebuie să limpezim mai întâi care sunt de fapt principiile unei educaţii esoterice şi care este de fapt esenţa lor. Şcoala căreia îi aparţinem e organizată în aşa fel, încât în ea sunt diferite cercuri. Toţi cei proaspăt alăturaţi ei sunt "căutătorii". Cei care înaintează mai departe aparţin celor care "exersează". Iar de aceasta se leagă "educaţia" propriu-zisă. În aceste trei cercuri se împarte şcoala noastră. Am intrat cu toţii în şcoala esoterică pentru a ne dezvolta anumite organe lăuntrice care ne fac capabili să trăim noi înşine în lumile superioare. Dar cum pot fi dezvoltate asemenea organe în noi? Toate organele noastre au apărut datorită unei activităţi pe care noi am desfăşurat-o în trecut. Vom ilustra aceasta printr-un exemplu. Era un timp în care noi nu aveam încă ochi. Atunci omul se mişca plutind, înotând într-o mare originară apoasă. Pentru a se putea orienta dispunea de un organ care mai există azi doar ca un rudiment. E aşa zisa glandă pineală. Se află pe creştetul capului, spre interior. La anumite animale poate fi văzută încă dacă se ridică calota craniană. Cu acest organ omul din străvechime putea să perceapă dacă se apropia de un lucru folositor sau dăunător. Înainte de toate era însă un organ pentru perceperea căldurii sau frigului. Când soarele lumina pe atunci de sus pământul, omul nu putea să-l vadă, dar glanda pineală îl trăgea spre acele locuri ale mării unde soarele încălzea apa. Iar această căldură îi dădea o senzaţie de mare beatitudine. Omul zăbovea îndelung în asemenea locuri ale apei şi se deplasa departe pe suprafaţa apei pentru ca să poată rămâne sub razele soarelui. Iar ochii noştri de azi s-au format prin faptul că razele soarelui cădeau direct pe corpul lui. Două lucruri au fost aşadar necesare pentru ca ochii să poată apărea: trebuia, pe de o parte, ca soarele să lumineze de sus, iar pe de altă parte, şi ca oamenii să înoate spre acele locuri încălzite de soare şi să se expună soarelui. Dacă oamenii de odinioară nu ar fi făcut acest lucru ci şi-ar fi zis: nu vreau să dezvolt decât ceea ce se află deja în mine, şi-ar fi dezvoltat mai departe glanda pineală dându-i proporţii tot mai mari, monstruoase, dar nu ar fi dobândit ochi niciodată.

Tot aşa trebuie să ne închipuim şi dezvoltarea ochilor spirituali. Nu trebuie să spunem: lumile superioare se află deja în mine, trebuie doar să le dezvolt. Nici oameni aceia nu puteau dezvolta din ei soarele, ci numai organele cu care să-l poată vedea. Tot aşa şi noi, nu putem dezvolta din noi înşine lumile superioare, ci numai organele prin care putem vedea soarele spiritual, lumile spirituale. Şi niciodată nu ne vom putea dezvolta asemenea organe dacă, pe de o parte, soarele spiritual nu ne va lumina, iar pe de altă parte, dacă nu ne vom grăbi să ne expunem acestui soare pentru ca el să ne poată lumina. Locurile în care străluceşte pentru noi soarele spiritual sunt şcolile esoterice, şi toţi cei care sunt mânaţi spre ele, sunt atinşi de razele lui, dacă se comportă conform îndrumării şcolii.

Fiecare organ care a avut un trecut va avea şi un viitor. Şi glanda pineală va redeveni în viitor un organ important. Iar cei aflaţi în şcolile esoterice lucrează de pe acum la cultivarea ei. Exerciţiile care ni se dau acţionează nu numai asupra trupului astral şi eteric, ci şi asupra glandei pineale. Iar când acţiunea devine foarte energică, ea trece de la glanda pineală în vasele limfatice şi de acolo în sânge. Dar nu numai aceia care fac acum exerciţii oculte vor avea în viitor o glandă pineală dezvoltată, ci toţi oamenii. Iar la oamenii care vor constitui rasa cea rea, ea va fi un organ pentru cele mai negative şi îngrozitoare impulsuri şi va fi atât de mare încât va ocupa cea mai mare parte a corpului. După cum vezi o mulţime de muşte din depărtare ca roi, tot aşa atunci când pe pământ se vor perinda multe corpuri în formă de glandă, pământul însuşi, privit din spaţiul cosmic, va arăta ca o mare glandă. La aceia însă care şi-au cultivat glanda pineală într-un mod just, ea va fi un organ foarte nobil şi împlinit.

Vom cerceta acum mai de aproape exerciţiile ce ne sunt date, şi făcând aceasta să ne amintim că aceste exerciţii fac sufletele noastre receptive pentru razele solare spirituale.

Ca o pregătire pentru exerciţiile oculte propriu-zise slujesc cele şase exerciţii secundare. În cel ce li se dedică just, cu seriozitate şi râvnă, ele produc acea stare sufletească fundamentală, pentru ca exerciţiile oculte să poată da roadele cele bune.

1. *Controlul gândurilor*: zilnic, cel puţin câte cinci minute, fă-ţi timp liber şi reflectează la un gând cât se poate de lipsit de importanţă şi care nu te interesează câtuşi de puţin, legând logic tot ce se poate gândi asupra obiectului. Este important să fie un obiect nesemnificativ, deoarece ceea ce trezeşte calităţile sufleteşti adormite este tocmai constrângerea pe care trebuie să ţi-o impui pentru a-ţi menţine mult timp concentrarea asupra lui. După un anumit timp vei sesiza în suflet un sentiment de soliditate şi siguranţă. Dar nu trebuie să-ţi închipui că acest sentiment năvăleşte impetuos asupra ta. Nu, ceea ce trebuie să sesizezi este, dimpotrivă, un sentiment foarte delicat şi subtil. Cei

care afirmă că nu pot simţi absolut deloc în ei acest sentiment, seamănă foarte adesea cu cei care pornesc să caute un obiect foarte mic şi fin printre multe alte obiecte. Ei caută, ce-i drept, dar numai aşa, la suprafaţă, şi de aceea nu pot găsi micul obiect ci îl trec cu vederea. Trebuie, liniştit, să asculţi în tine; vei percepe atunci acest sentiment care apare mai cu seamă în partea de dinainte a capului. Când l-ai simţit acolo, varsă-l mental în creier şi în măduva spinării. Treptat începi să încerci senzaţia că din partea anterioară a capului pornesc raze până în măduva spinării.

2. *Iniţiativa acţiunii*: Pentru aceasta alege-ţi o acţiune imaginată în tine însuţi. Cine, de pildă, şi-a luat ca exerciţiu zilnic udarea unei flori, aşa cum stă scris în instrucţiuni ca exemplu, acela face ceva cu totul inutil. Căci acţiunea trebuie să pornească din proprie iniţiativă, deci trebuie s-o fi conceput tu însuţi. Atunci se face remarcat la acest exerciţiu un sentiment de: "pot realiza ceva", "sunt capabil de mai multe decât mai înainte", "simt impulsul spre activitate". Acest sentiment se resimte de fapt în întreaga parte superioară a corpului. Încerci apoi să-l faci să curgă spre inimă.

3. *A fi mai presus de bucurie şi suferinţă*: Îţi vine bunăoară odată să plângi. Atunci e momentul să faci acest exerciţiu. Te constrângi cu toată puterea să nu te laşi cuprins de plâns. Acelaşi lucru e valabil şi pentru râs. Străduieşte-te ca atunci când îţi vine să râzi, să nu cedezi râsului ci să rămâi liniştit. Nu înseamnă că nu mai trebuie să râzi, ci trebuie să te poţi stăpâni, să fi stăpân peste râs şi plâns. Şi dacă te-ai învins de câteva ori, încerci curând un sentiment de linişte şi calm. Lasă acest sentiment să curgă prin întregul corp, vărsându-l mai întâi din inimă în braţe şi în mâini, pentru ca prin mâini să iradieze în fapte. Îl laşi apoi să curgă spre picioare şi apoi spre cap. Acest exerciţiu cere o foarte serioasă autoobservare, pe care trebuie s-o efectuezi cel puţin un sfert de oră pe zi.

4. *Pozitivitatea*: În tot ce e rău trebuie să ştii a găsi grăuntele de bun, în tot ce e urât frumosul, şi chiar în fiecare răufăcător scânteia de divinitate. Capeţi atunci sentimentul că parcă te lărgeşti dincolo de pielea ta. Acest sentiment al dilatării este asemănător cu acela pe care îl are trupul eteric după moarte. Când încerci acest sentiment, lasă-l să iradieze prin ochi, urechi şi întreaga piele, mai ales prin ochi.

5. *Obiectivitatea*: Trebuie să rămâi mobil, să fi mereu capabil să asimilezi ceva nou. Dacă cineva ne povesteşte ceva ce ni se pare neverosimil, trebuie totuşi ca în inimă să rămână mereu un colţişor în care să ne spunem: s-ar putea totuşi să aibă dreptate. Ceea ce nu trebuie să ne tocească spiritul critic; putem verifica, desigur, cele aflate. Ne cuprinde atunci un sentiment ca şi cum ceva ar curge din afară în noi. Absorbim acest ceva prin ochi, urechi şi întreaga piele.

6. *Echilibrul*: Cele cinci trăiri anterioare trebuie acum aduse în armonie prin distribuirea echilibrată a atenţiei asupra lor.

Aceste exerciţii nu trebuie făcute neapărat câte o lună fiecare. Trebuia însă indicat un timp. Important, înainte de orice, este să fie executate în ordinea arătată. Cine face exerciţiul al doilea înaintea primului nu are nici un folos. Căci importantă este tocmai ordinea. Unii cred chiar că ar trebui să înceapă cu al şaselea exerciţiu, cu armonizarea. Dar se poate armoniza ceva când nu ai ce? Cel ce nu vrea să facă exerciţiile în ordinea indicată, acela nu are nici un folos de pe urma lor. Ca şi cum, trebuind să faci şase paşi peste o punte, ai vrea să începi cu al şaselea; la fel de absurd este să vrei să începi cu al şaselea exerciţiu.

Apoi cei mai mulţi dintre noi au primit o *meditaţie de dimineaţă*. Trebuie făcută dimineaţa, devreme, la o oră stabilită şi pe care o respecţi cât mai riguros cu putinţă. Te adânceşti la început în cele şapte versuri. La unii dintre noi sună în felul următor:

> În razele curate de lumină
> Străluceşte divinitatea lumii!
> În iubirea pură faţă de toate fiinţele
> Radiază Dumnezeirea sufletului meu.
> Mă odihnesc în divinitatea lumii,
> Mă voi găsi pe mine însumi
> În Divinitatea lumii!

În timpul meditaţiei nu trebuie să speculezi asupra acestor şapte rânduri, ci să trăieşti pe de-a-ntregul în lăuntrul lor. Trebuie să ţi le reprezinţi destul de plastic. Astfel:

> *În razele pure ale luminii*

Te vei simţi scăldat de undele lucitoare ale luminii care străbat din toate părţile şi a căror strălucire ţi-o vei reprezenta cât mai limpede.

> *Străluceşte divinitatea lumii*

îţi închipui că Dumnezeu este cel ce radiază spre tine prin aceste raze; încerci să-L simţi şi să-L absorbi în tine.

> *În iubirea pură faţă de toate fiinţele*
> *Radiază dumnezeirea sufletului meu.*

îţi reprezinţi cum faci ca razele divine pe care le-ai absorbit, să radieze înapoi, spre fericirea tuturor fiinţelor.

Rândurile finale trebuie să trezească reprezentarea şi sentimentul că ai fi cu totul îmbăiat de razele Divinităţii şi că în ele te găseşti pe tine însuţi. Cine vrea să-şi reprezinte aceasta deosebit de plastic, poate să-şi imagineze şi un pom pe care l-a îndrăgit şi la care revine cu plăcere.

După aceste şapte rânduri ni s-a dat un cuvânt sau o propoziţie spre adâncire. Această concentrare pe o propoziţie sau un cuvânt, de pildă "tărie", este foarte importantă. Este un fel de parolă, de cuvânt energic, adecvat cu exactitate structurii sufleteşti a fiecărui ins. Trebuie să laşi acest cuvânt să sune în suflet aşa cum se întâmplă când loveşti un diapazon. Şi aşa cum tragi cu urechea la sunetul tot mai pierdut al diapazonului, tot astfel după cufundarea în cuvânt trebuie să-l laşi să răsune în suflet, să te dăruieşti celor produse în suflet prin acest cuvânt.

În încheiere te cufunzi încă pentru cinci minute în propriul tău ideal divin. Nu discutăm aici despre ce fel de ideal e vorba; este vorba numai de crearea unei juste dispoziţii sufleteşti. E indiferent dacă te gândeşti la învăţător sau la cerul înstelat. Au venit deja atei care credeau că nu au nici un ideal divin. Dar au putut fi îndreptaţi spre cerul înstelat care totuşi smulge fiecăruia un sentiment de veneraţie şi devoţiune.

Cine a început odată să lucreze cu aceste exerciţii, acela trebuie să rămână la ele şi să nu le părăsească atunci când nu-i convine. Trupul astral şi cel eteric se obişnuiesc repede cu aceste exerciţii, şi când nu le capătă se revoltă. O întrerupere sau o încetare deplină a lor este în orice caz periculoasă.

Importantă este şi *retrospectiva de seară*. Ea trebuie făcută de la sfârşit spre început, ca să ne obişnuim cu modul de percepere al planului

astral. În timpul retrospectivei trebuie să-ţi reprezinţi totul cât se poate de plastic. La început, firește, dacă ai avut să zicem optzeci de evenimente şi trăiri, nu poţi să nu le evoci plastic pe toate optzeci în faţa sufletului. De aceea trebuie să procedezi la o selecţie înţeleaptă până ce, în fine, întreaga viaţă a unei zile ajunge să se desfăşoare în faţa ta ca un tablou. Importante sunt iarăşi micile acţiuni nesemnificative căci tocmai sforţarea e aceea care trezeşte forţele sufletului.

Note sumare de la lecţia esoterică de la Berlin, din 9 octombrie 1907 [Nota 23]

ÎNSEMNĂTATEA ANULUI 1879
DISCUTAREA UNEI FORMULE DE MEDITAŢIE

Tot ce este enunţat într-o lecţie esoterică ne este nemijlocit transmis de către învăţători, şi acela care vorbeşte este numai un instrument al intenţiilor lor.

Deosebirea între o lecţie exoterică şi una esoterică constă în aceea că acolo se asimilează o învăţătură, cunoştinţe, aici se *trăieşte* ceva. Învăţătorii vorbesc neîncetat oamenilor, însă numai cei pregătiţi pot să le audă vocea, cei al căror suflet este deschis pentru ca învăţătorii să găsească acces la ei. Munca esoterică este de cea mai mare însemnătate pentru dezvoltarea lumii, dar în acelaşi timp, şi pentru omul care se află în cea mai simplă situaţie socială.

Anul 1879 deschide o epocă de cea mai mare importanţă în dezvoltarea omenirii printr-un eveniment care s-a petrecut pe planul astral; de atunci cultura noastră a luat o altă direcţie.

În 1250 a început un curent spiritual care şi-a atins apogeul în 1459 [Nota 28]: când Christian Rosenkreutz a fost ridicat la rangul de cavaler al crucii cu trandafiri. Începu atunci (1510) epoca numită în ocultism epoca lui *Gabriel*. În 1879 a început epoca lui *Mihaiel*; cea care va urma se numeşte epoca lui *Orifiel*. Mari lupte îi vor răscoli pe oameni; de aceea este pregătit acum un mic grup pentru ca în acea epocă întunecată să facă să strălucească făclia cunoaşterii spirituale. (v. nota 28)

Discutarea formulei de meditaţie: "În razele pure ale luminii". Reprezentarea imaginativă a momentelor alcătuitoare:

În razele pure ale luminii
Străluceşte divinitatea lumii.

Aici divinitatea se revarsă ca lumină argintie şi strălucitoare a lunii peste lumea exterioară: ne simţim ca pătrunşi şi scăldaţi de această lumină.

În iubirea pură faţă de toate fiinţele
Radiază Dumnezeirea sufletului meu.

După identificarea cu lumea înconjurătoare, unde am încercat să recunoaştem Divinitatea, ne cufundăm în propriul nostru interiorior, iar prin iubirea care ne uneşte cu toate fiinţele, găsim relaţia cu Divinitatea şi simţim Dumnezeirea propriului nostru suflet.

Mă odihnesc în Divinitatea lumii.

Cuvântul *odihnă* are o putere magică: acela căruia îi reuşeşte să se concentreze în acest cuvânt şi să-l lase să acţioneze asupra sa, acela simte cum este străbătut cu totul de un sentiment de linişte şi pace. Găsim în interiorul nostru această linişte şi această pace când ne simţim în relaţie cu Dumnezeu: liniştea ne înconjoară, ne pătrunde.

Mă voi găsi pe mine însumi
În Divinitatea lumii.

Şi acum apare în noi reprezentarea ca a unui punct luminos, a unei scântei strălucitoare care ne licăreşte din depărtare şi spre care tindem ▮ şi în care ne vom găsi în sânul Divinităţii.

Note sumare de la lecţia esoterică de la München, din 16 ianuarie 1908 [Nota 29]

DESPRE PROCESUL RESPIRAŢIEI

În ultima noastră lecţie esoterică a fost vorba despre marile legităţi ale vieţii spirituale, aşa cum se relevează ele în decursul evoluţiei umane, despre marile puteri spirituale care guvernează tot ce se petrece pe planul fizic şi care se înlocuiesc reciproc în activitatea lor; astăzi vom vorbi într-un mod ceva mai intim despre legile vieţii spirituale aşa cum se desfăşoară ele chiar în lăuntrul omului.

Cel angrenat într-o educaţie ocultă este, într-un anumit sens, un om care aşteaptă, un căutător. El aşteaptă ca într-o bună zi să i se dezvăluie o nouă lume în afara aceleia pe care a perceput-o în mod obişnuit. El aşteaptă ca într-o bună zi să-şi poată spune: văd o nouă lume; văd ▮ printre toate obiectele şi fiinţele pe care le puteam percepe până acum în spaţiu ▮ o mulţime de entităţi spirituale care înainte îmi erau ascunse. Pentru ca acest lucru să devină cu totul limpede trebuie să evocaţi iarăşi în faţa sufletului cele şapte stări de conştienţă pe care omul le străbate în decursul dezvoltării sale. Prima stare de conştienţă prin care a trecut omul a fost un grad de conştienţă confuz, crepuscular, în care omul se simţea una cu Cosmosul; numim această stare existenţa saturneană. În existenţa solară amploarea conştienţei scăzu, dar deveni în schimb cu atât mai luminoasă. Când, după aceea, omul trecu prin existenţa lunară, conştienţa era asemănătoare celei pe care o trăim ▮ ca ultim rest ▮ în viaţa noastră de vis; era o conştienţă imaginativă, confuză. Aici, pe Pământ, avem conştienţa luminoasă de zi, care va rămâne când omul se va ridica iar la conştienţa imaginativă luminoasă. Mai departe, pe Jupiter, omul se va ridica la două stări încă şi mai înalte de conştienţă: cea inspirată şi cea intuitivă. Astfel conştienţa noastră luminoasă de zi stă la mijloc între conştienţa imaginativă confuză a lunii şi conştienţa imaginativă luminoasă a lui Jupiter. Şi ceea ce aşteaptă discipolul esoteric să i se descopere într-o zi este conştienţa jupiteriană. Fiecăruia dintre noi îi va veni odată această conştienţă, unuia mai devreme, altuia mai târziu, în funcţie de capacităţile sale, de gradul maturizării sale interioare.

Conştienţa jupiteriană există însă deja, incipient, în fiecare om. Într-un mod foarte plăpând, conştienţa viitoare e deja schiţată, numai că

omul nu şi-o poate explica. Într-o mare parte viaţa esoterică constă tocmai din aceea că elevul învaţă să interpreteze în mod just procesele subtile din el şi din ambianţa sa. Nici vechea conştienţă lunară nu a dispărut cu totul, ea supravieţuind prin ultimele rudimente. Cele două stări ale omului de azi, în care într-una e prezentă încă vechea conştienţă lunară şi în cealaltă deja noua conştienţă jupiteriană, sunt sentimentul de ruşine şi cel de frică. În sentimentul ruşinii, când sângele e împins spre periferia corpului, mai trăieşte un ultim rest al conştienţei lunare, iar în sentimentul fricii, când sângele se năpusteşte spre inimă ca să găsească acolo un centru solid de sprijin, se vesteşte conştienţa jupiteriană. Aşa înclină spre cele două părţi conştienţa de zi normală.

Când simţim ruşine în legătură cu ceva şi roşeaţa ruşinii ni se urcă în obraji, trăim ceva ce ne aminteşte de existenţa lunară. Reprezentaţi-vă un om lunar. El nu-şi spunea încă "eu", ci trăia într-o conştienţă imaginativă confuză, crepusculară, cu totul întreţesut în forţele şi entităţile astrale cu care se simţea a fi în unitate şi armonie. Încercaţi să vă închipuiţi, fraţilor şi surorilor, că într-o bună zi licăreşte la un asemenea om lunar deodată sentimentul: sunt un "Eu". Eu sunt diferit de ceilalţi, sunt o fiinţă de sine stătătoare şi toate celelalte fiinţe din jur mă privesc. ❙ Un uriaş sentiment al ruşinii l-ar fi cuprins de sus până jos pe întregul om lunar, ar fi încercat să dispară, să piară de ruşine, dacă ar fi trăit un asemenea sentiment prematur al eului. Aşa parcă am vrea şi noi, fraţii mei şi surorile mele, când ne năpădeşte un sentiment al ruşinii, să dispărem, să intrăm în pământ, să ne dizolvăm eul. Imaginaţi-vă cum era întreţesut vechiul om lunar în armonia cu entităţile şi forţele ambianţei sale. Când se apropia de el o fiinţă vrăjmaşă, nu se gândea, ci ştia instinctiv cum trebuie să se ferească. El acţiona dintr-un sentiment pe care ❙ dacă ar fi fost conştient ❙ l-ar fi putut exprima cam în felul următor: ştiu că legile lumii nu sunt orânduite în aşa fel încât acest animal sălbatic să mă sfâşie acum; ci armonia lumii este aşa încât trebuie să existe mijloace care să mă apere de duşman. ❙ Vechiul om lunar se afla deci nemijlocit în armonie cu forţele cosmosului. Dacă s-ar fi trezit în el un sentiment al eului, această armonie ar fi fost deranjată. Şi într-adevăr, de cum a început să străbată omul pe pământ, sentimentul eului l-a adus într-o tot mai mare disonanţă cu ambianţa. Clarvăzătorul aude cosmosul răsunând într-o impunătoare armonie, şi când compară cu ea sunetele care vin la el de la diferiţi oameni, constată că azi în toţi oamenii domneşte disonanţa; la unul mai mare, la altul mai mică, dar tot disonanţă rămâne. Iar datoria voastră este ca pe parcursul dezvoltării voastre să prefaceţi tot mai mult această disonanţă în armonie. Această disonanţă a apărut prin egoitate, dar ea a fost cu înţelepciune rânduită de către puterile spirituale care stăpânesc şi conduc cosmosul. Dacă oamenii ar fi rămas întotdeauna în armonie, n-ar fi ajuns niciodată la autonomie. Disonanţa a fost instituită pentru ca omul să-şi poată recâştiga armonia în mod liber, prin propria-i forţă. Sentimentul eului conştient de sine trebuia aşadar să se dezvolte mai întâi în contul armoniei interioare. Dacă vine apoi timpul în care începe să licărească conştienţa jupiteriană şi omul reintră în relaţie armonioasă cu forţele cosmosului, el va salva cu sine acest sentiment al eului în noua stare de conştienţă, aşa încât omul va fi atunci un eu de sine stătător şi se va afla totuşi în armonie cu cosmosul.

Am văzut că în sentimentul de frică se anunţă deja noua conştienţă jupiteriană. Dar totdeauna când o stare viitoare începe să apară înainte de timp, este prematură şi nelalocul ei. Printr-un exemplu acest lucru vi se va limpezi. Când o floare, care după soiul ei trebuia să înflorească în august, este făcută să înflorească într-o seră deja în mai, în august, la timpul normal al înfloririi ei nu va mai da nici o floare; forţele ei vor fi epuizate şi nu se va mai potrivi cu condiţiile în care trebuia să intre. Şi chiar în mai, de îndată ce este dusă din seră, va trebui să piară, deoarece nu se potriveşte cu condiţiile naturale ale acestui anotimp. Tot aşa e şi cu sentimentul fricii. Nici el nu e azi la locul lui, şi va fi încă şi mai puţin în viitor. Ce se petrece când apare acest sentiment? Sângele se strânge în centrul omului, în inimă, ca să formeze acolo un centru solid, ca să-l facă pe om tare în faţa lumii din afară. Forţa cea mai dinlăuntru a eului este cea care provoacă aceasta. Această forţă a eului, care acţionează asupra sângelui trebuie să devină tot mai conştientă şi mai puternică, iar pe Jupiter omul va putea să-şi conducă cu totul conştient sângele spre centru şi să se facă mai puternic. Ceea ce e însă azi nefiresc şi nociv e sentimentul fricii, legat de această circulaţie a sângelui. În viitor el trebuie să nu mai existe; vor trebui să acţioneze doar forţele eului, fără frică.

În decursul dezvoltării umane lumea exterioară ne înconjoară într-un mod tot mai ostil. Tot mai mult trebuie să învăţaţi a opune forţa voastră interioară lumii năvălitoare din afară. Dar frica trebuie să dispară. Şi în mod deosebit celui angajat în disciplina esoterică îi este necesar, absolut necesar, să se elibereze de toate sentimentele de teamă şi frică. Teama are o îndreptăţire autentică numai acolo unde ne face atenţi că trebuie să devenim puternici, dar toate sentimentele nefireşti de teamă, care-l torturează pe om, trebuie să dispară cu desăvârşire. Ce s-ar întâmpla dacă omul ar continua să aibă sentimente de teamă când apare conştienţa jupiteriană? Acolo lumea exterioară se va opune omului într-un mod mult mai ostil şi mai înfricoşător decât azi. Un om care nu se dezobişnuieşte aici de teamă, va cădea acolo dintr-o spaimă cumplită în alta.

De pe acum se pregăteşte această stare în lumea exterioară. Şi ea i se va arăta omului şi mai limpede în acel groaznic timp care se va năpusti peste noi sub conducerea lui Orifiel, despre care v-am vorbit ultima oară. Atunci omul trebuie să fi învăţat să se ţină tare! Cultura noastră de azi creează ea însăşi acei monştri înspăimântători care-l vor ameninţa pe omul de pe Jupiter. Priviţi uriaşele maşini pe care tehnica omenească le construieşte cu atâta ingeniozitate! În ele omul îşi construieşte demonii care în viitor se vor dezlănţui asupra lui. Tot ceea ce omul îşi construieşte azi ca aparate şi maşini, în viitor va căpăta viaţă şi se va opune omului cu vrăjmăşie într-un mod îngrozitor. Tot ce a fost creat numai din principiul utilitarist, din egoismul individual sau colectiv, va fi în viitor duşmanul omului. Ne interesăm astăzi mult prea mult de folosul celor ce le facem. Dacă vrem să promovăm cu adevărat dezvoltarea nu trebuie să ne preocupe utilitatea ci îndeosebi nobleţea şi frumuseţea lucrurilor. Acţiunile noastre să nu pornească numai din principiul utilitarist, ci din bucuria pură pentru frumos. Tot ceea ce creează astăzi omul ca să-şi satisfacă necesitatea artistică, din iubirea curată pentru frumos, se va însufleţi, deasemenea, în viitor şi va contribui la dezvoltarea superioară a omului. Este teribil însă să trebuiască astăzi să vezi cum mii de oameni sunt îndemnaţi, din fragedă copilărie, să nu cunoască nici o altă activitate în afara aceleia pe care o duc de dragul folosului material, şi să fie rupţi toată viaţa de ce este frumos şi artistic. Şi cele mai sărace şcoli elementare ar trebui să atârne pe pereţi cele mai splendide opere de artă ❙ asta ar aduce o nesfârşită binecuvântare în dezvoltarea umană. Omul îşi construieşte singur viitorul. Poţi să-ţi faci o idee despre cum va fi pe Jupiter dacă înţelegi că astăzi nu există nimic absolut bun şi nimic absolut rău. În fiecare om binele şi răul este astăzi amestecat. Cel bun trebuie doar să-şi spună că are ceva mai mult bine în el decât cel rău, dar că nu este pe deplin bun. Pe Jupiter însă binele şi răul nu vor mai fi amestecate, ci oamenii se vor împărţi în oameni pe deplin buni şi pe deplin răi. Şi tot ce cultivăm azi ca frumos şi nobil slujeşte la întărirea binelui pe Jupiter, iar tot ceea ce se face din punctul de vedre al egoismului şi utilitarismului, consolidează răul.

Pentru ca omul să fie cu totul fortificat în faţa puterilor rele ale viitorului, trebuie să intre în posesia forţei celei mai lăuntrice a eului său, trebuie să-şi poată regla conştient sângele în aşa fel încât acesta să-l facă puternic în faţa vrăşmaşului, dar fără nici o teamă. Forţa care poartă sângele în interior trebuie s-o aibă în stăpânirea sa. Dar nici cealaltă facultate, aceea de a împinge sângele de la inimă spre periferie, nu trebuie să se piardă pentru el. Căci starea jupiteriană va însemna, într-un fel, şi o întoarcere la vechea conştienţă lunară. Omul va intra iarăşi în armonie cu marile legi ale lumii şi se va simţi una cu ele. Va redobândi capacitatea să se unească cu marile puteri spirituale ale lumii, dar nu ca pe lună, inconştient şi crepuscular; pe Jupiter îşi va păstra mereu conştienţa luminoasă de zi şi sentimentul conştient de sine al eului şi totuşi va trăi în armonie cu forţele şi legile lumii. Disonanţa va fi prefăcută atunci în armonie. Iar ca să se poată vărsa în armonia universului, trebuie să poată face în mod conştient ca cea mai intimă forţă a Eului său să radieze din inimă spre afară. Aşadar trebuie să poată centraliza în mod conştient forţele interioare ale sângelui, când îi apare în cale un duşman, şi trebuie să le poată şi iradia conştient. Numai atunci va fi ajuns să corespundă condiţiilor viitoare.

Cel care tinde spre o dezvoltare interioară trebuie să înceapă încă de azi să intre, treptat, din ce în ce mai mult, în posesia acestor forţe. O face prin aceea că învaţă să inspire şi să expire conştient. Când omul inspiră suflul, intră în activitate forţele eului care îl pun în relaţie cu forţele cosmosului, adică acele forţe care iradiază din inimă spre afară. Iar când omul dă afară suflul şi se abţine să respire, intră în activitate acele forţe ale eului care pătrund spre centru, spre inimă şi îi creează acolo un centru stabil. Aşa învaţă discipolul încă de azi, dacă îşi face conştient exerciţiile de respiraţie în acest fel, să devină treptat stăpân pe forţele Eului său. Să nu creadă însă nimeni că-i este îngăduit să întreprindă independent astfel de exerciţii înainte de a fi căpătat indicaţii în privinţa aceasta. Fiecare le va primi la timp. Dar chiar şi pentru cel care nu face încă asemenea exerciţii, nu este niciodată prematur să se familiarizeze cu sensul acestor exerciţii şi să dobândească înţelegere pentru aceste lucruri. Cu atât mai rodnice vor fi ele mai târziu. Aşa trebuie, fraţilor şi surorilor, să căpătaţi tot mai multă înţelegere şi pentru procesele subtile care se petrec în voi şi în întreaga lume, integrându-vă treptat în perioadele viitoare ale dezvoltării umane.

Din expunerea făcută pe aceeaşi temă în 26 Ianuarie 1908 la Berlin au fost reţinute următoarele: [Nota 30]

Când inspirăm adânc şi reţinem suflarea, recapitulăm o parte a stării lunare. Când lăsăm însă suflul afară, avem în aceasta o parte a stării jupiteriene. De acestea depinde dacă discipolul ocult primeşte fie exerciţii în care trebuie să păstreze suflul înlăuntru, deoarece el are de trecut într-o anumită măsură prin starea lunară, fie exerciţii în care trebuie să lase suflul afară deoarece, în felul acesta, poate atinge starea jupiteriană. Fiecare trebuie să aibă un regim individual.

Ştim că curentul omenirii se împarte de pe acum în două părţi: una care trece în bine, în ceea ce este moral, şi alta care se termină prin ceva îngrozitor, prin rău. Aceste stări se pregătesc încă de pe acum, germenii există deja. Astfel, tot ce există astăzi în lume ca maşini, instrumente şi sunt puse în mişcare, vor deveni pe Jupiter demoni cumpliţi, înspăimântători. Tot ceea ce slujeşte doar principiului utilitar va căpăta anvergura unor asemenea puteri înfricoşătoare. Acest proces poate fi paralizat dacă facem ca aceste aparate utilitare, pe lângă folosul pe care îl aduc, să vestească, înainte de toate, frumosul, divinul. E foarte bine să ştim acest lucru. Altminteri asemenea forţe ar sfâşia cândva Pământul. Vedem de asemenea cât de important este ca în educaţia copilului să-l înconjurăm pe acesta cu impresii artistice. Arta te face liber. Şi locomotiva trebuie transformată cândva într-o maşină care să fie frumoasă. Sentimentele noastre de teamă, de frică sunt hrană pentru alte entităţi rele. Nu trebuie să lăsăm să apară asemenea gânduri. Căci pe Jupiter astfel de demoni ne vor împresura în număr mult mai mare decât acum. Dar n-are a se teme în privinţa aceasta cel care-şi păstrează, ca om înţelept, învelişul curat, în aşa fel încât muştele să nu se poată aduna în jurul murdăriei.

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

V

Evanghelia cunoaşterii şi rugăciunea ei

OBSERVAŢIE PRELIMINARĂ

Marie Steiner

În cele patru drame-misterii Rudolf Steiner dăduse o formă dramatică cunoştinţelor sale. Cunoaşterea spirituală devenise o desfăşurare trăită de oameni pe scenă. Năzuinţa care se avânta din străfundul sufletului spre spirit trebuia să fie acum exprimată prin personaje care acţionau.

Vechii greci au întreţesut firesc în naraţiunea istorică figuri de zei: erau încă fiinţial aproape de aceştia. Arta nu era posibilă fără simţirea divinului. În faţa privirii spirituale se ridica acum o problemă de cunoaştere, legea karmei; aceasta trebuia trăită prin cea mai profundă simţire. Cel mai bun mijloc prin care oamenii pot fi făcuţi să participe la o trăire atât de adâncă este acela al artei. A ne reprezenta în felul acesta karma care acţionează în destinul omenirii, era cerinţa timpului. Rudolf Steiner a îndeplinit această cerinţă. După ce spiritul german, în înflorirea sa clasică, şi-a îndeplinit misiunea sa naţională şi s-a revărsat în lumea înconjurătoare, s-a scurs în ea, trebuia să se individualizeze spiritul şi să se anticipeze perioadele următoare de cultură care să adune iarăşi la un loc ceea ce era pe cale să se atomizeze. Forţele vitale care acţionau în suflet trebuie să cuprindă acum materia şi să o pătrundă astfel încât ea să strălumineze. Omul, care înlăuntrul dezvoltării pământeşti este ultima verigă a ierarhiilor, trebuie să se ridice şi la nivelul lor de conştienţă. Până-i va reuşi aceasta, va recădea deseori în întuneric: nu-i este îngăduit însă să cedeze în această luptă pentru urcuş. Drumurile spre acest ţel ne sunt indicate de către arta, ştiinţa şi religia cuprinse cu adevărat.

Aceste cunoştinţe deveniseră conţinutul impunătoarelor expuneri pe care Dr. Steiner le-a făcut la München după reprezentarea dramelor-misterii. Îngustimea spaţiului care stătea la dispoziţie şi dorinţa de a înălţa un lăcaş demn de dramele-misterii i-au determinat pe auditori să înfăptuiască dorinţe de mult nutrite. A fost decisă construirea acestui lăcaş la München, cu concursul unor artişti însufleţiţi de această idee. Urmară lungi tratative cu municipalitatea care însă a respins cererea.

Prietenii noştri s-au reunit atunci în Elveţia şi au obţinut permisiunea de construire pe colina Dornach-ului, care se afla într-o izolare rustică şi reprezenta pentru unii locuitori ai Basel-ului un loc de preumblare pe timp de vară. Această propunere a fost acceptată cu recunoştinţă. Aşa a hotărât deci destinul. Au început lucrările pregătitoare. A fost schiţat planul aşezământului şi a fost stabilit locul pentru groapa în care trebuia coborâtă piatra concepută de prietenul nostru Max Benzinger. Clădirea care urma să fie ridicată peste ea ar fi oferit o privire liberă spre toate cele patru zări.

Puterile ostile dezvoltării umane ascendente ştiau bine că prin aceasta le va fi opus un puternic zăgaz. Şi a fost ca şi cum ar fi chemat forţele naturii într-ajutor, pentru a împiedica această punere a pietrei fundamentale. Stihiile se dezlănţuiau, ploaia cădea torenţial, vântul vuia. Mulţi galoşi rămaseră înfipţi în terenul calcaros-argilos desfundat. Dar nici unuia dintre noi nu i-ar fi trecut prin gând că din asemenea motive ziua punerii pietrei fundamentale ar putea fi amânată; destinul o predeterminase pentru aceasta.

Vocea spiritualizată a Dr. Steiner birui elementele dezlănţuite şi pătrunse în inimi. În jurul lui stăteau lipiţi unul de altul prietenii, dintre care unul fu în stare să fixeze în scris cuvintele lui Rudolf Steiner ❙ desigur cu lacune, dar erau cuvintele Dr. Steiner. Prin ele poate fi astfel păstrată şi pentru posteritate amintirea zilei de 20 septembrie 1913.

Alocuţiune la punerea pietrei fundamentale a edificiului de la Dornach, la 20 Septembrie 1913 [Nota 31]

Iubitele mele surori, iubiţii mei fraţi,

Să înţelegem bine ce reprezintă această seară sărbătorească. Într-un anumit sens, acest act înseamnă un legământ pentru sufletul nostru. Năzuinţa noastră a avut drept urmare faptul că, în acest loc, din care privim departe spre cele patru puncte cardinale ale cerului, putem să înălţăm acest semn distinctiv al vieţii spirituale al timpurilor moderne. Să ne fie tuturor limpede că astăzi, în timp ce ne simţim sufletele unite cu ceea ce am coborât simbolic în pământ, facem legământ cu acest curent evolutiv al omenirii în care vedem expresia adevărului. Să încercăm, iubite surori şi iubiţi fraţi, să facem acest legământ sufletesc: că vom privi în acest moment dincolo de toate lucrurile mărunte ale vieţii, de toate cele care ne leagă, şi neapărat trebuie să ne lege, de existenţa cotidiană. Să încercăm, în acest moment, să trezim în noi gândul unirii sufletului uman cu aspiraţia din aceste timpuri de răscruce. Să încercăm să ne gândim o clipă că, îndeplinind ceea ce voiam să îndeplinim în seara aceasta, trebuie să purtăm în noi conştienţa da a privi spre timpuri foarte îndepărtate, pentru a observa cum se va integra misiunea al cărei semn va trebui să devină această construcţie, marii misiuni a omenirii pe planeta noastră pământească. Nu cu mândrie şi trufie, ci cu modestie, dăruire şi abnegaţie să ne străduim a ne ridica sufletele spre marile planuri, spre marile ţeluri ale activităţii omeneşti pe Pământ. Să ne străduim să ne punem în situaţia în care cu adevărat trebuie şi avem datoria să fim, dacă înţelegem în mod just acest moment.

Să încercăm să ne reprezentăm felul cum a pătruns, cândva, în evoluţia pământească, marea veste şi solie, Evanghelia cea din vecii vecilor

a vieţii dumnezeieşti-spirituale, cum s-a extins ea pe pământ când spiritele divine înseşi erau marii învăţători ai omenirii. Să încercăm, iubite surori şi iubiţi fraţi, să ne transpunem în acele divine timpuri ale pământului, ale cărei ultime amintiri ne apar când, în Grecia veche, îl auzim pe Platon vestind ❙ cu ultimele accente ale înţelepciunii Misteriilor şi în acelaşi timp cu primele accente filosofice ❙ ideile veşnice şi învelişurile veşnice ale lumii [Nota 35]. Şi să ne străduim să înţelegem ce a pătruns de atunci în evoluţia pământească sub formă de influenţe luciferice şi ahrimanice. Să încercăm să ne lămurim felul în care s-a retras din sufletul omenesc relaţia cu existenţa divină a lumii, cu voinţa, simţirea şi cunoaşterea dumnezeiesc-spirituală.

Să ne străduim în acest moment să simţim adânc de tot în sufletul nostru ce simt sufletele omeneşti azi în ţările din răsărit, nord, vest şi sud, acelea pe care trebuie să le recunoaştem ca pe cele mai bune şi care nu trec dincolo de ceea ce putem exprima prin cuvintele: un dor şi o speranţă nedefinite şi insuficiente după spirit. Priviţi în jur, dragi surori şi fraţi, cum acest dor nedefinit, această speranţă după spirit freamătă în toată omenirea de azi. Simţiţi auzind aici lângă piatra fundamentală a monumentului nostru, cum în dorul şi speranţa omenirii după spirit se aude strigătul după răspuns, acel răspuns care poate fi dat acolo unde poate domni ştiinţa spirituală cu Evanghelia soliei despre spirit. Străduiţi-vă să înscrieţi în sufletele voastre măreţia momentului pe care-l trăim în seara aceasta. Dacă putem auzi strigătul omenirii plin de dor după spirit, şi vrem să ridicăm acel edificiu al adevărului, din care să se vestească din ce în ce mai mult mesajul despre spirit, dacă simţim aceasta în viaţa acestei lumi, înseamnă că suntem cu toţii într-un cuget în seara aceasta. Şi ştim ❙ nu într-un spirit de trufie şi supraestimare a strădaniei noastre, ci cu modestie, dăruire de sine şi abnegaţie ❙ că, în eforturile strădaniilor noastre, trebuie să fim continuatorii acelei munci spirituale care s-a pornit în occident [Nota 32] de-a lungul unei dezvoltări umane progresive, dar care până la urmă trebuia să ducă ❙ prin contracurentul necesar al forţelor ahrimanice ❙ la faptul că omenirea se află azi într-un punct în care sufletele ar trebui să se usuce, să devină pustii, dacă acel strigăt plin de dor după spirit nu ar fi auzit [Nota 33]. Să simţim, iubite surori şi iubiţi fraţi, aceste temeri! Aşa trebuie să fie dacă ne este permis să participăm mai departe la acea luptă spirituală, care este o luptă încinsă de focul iubirii; la această mare luptă spirituală ai cărei continuatori putem fi ❙ luptă pe care au dus-o străbunii noştri odinioară, când au respins în alte părţi atacul ahrimanic al maurilor [Nota 34].

Ne aflăm în acest moment, conduşi de karmă, în locul străbătut de importante curente spirituale. Să simţim, în această seară, seriozitatea situaţiei. Cândva omenirea ajunsese la punctul final în năzuinţa după personalitate. Când în plenitudinea acestei personalităţi pământeşti fu secată vechea moştenire a conducătorilor divini de la începuturile evoluţiei pământeşti, apăru în răsărit Cuvântul lumii:

La început era Cuvântul
Şi Cuvântul era la Dumnezeu
Şi un Dumnezeu era Cuvântul.

Şi Cuvântul apăru sufletelor omeneşti şi spuse sufletelor omeneşti: Umpleţi evoluţia pământească cu sensul Pământului ! ❙ Acum Cuvântul însuşi a trecut în aura pământului, a fost primit de aura spirituală a Pământului.

De patru ori a fost vestit Cuvântul lumii de-a lungul secolelor care în curând vor alcătui două milenii. Aşa a luminat lumina lumii evoluţia pământească.

Tot mai jos a căzut şi trebuia să cadă Ahriman. Să ne simţim înconjuraţi de sufletele omeneşti în care răsună strigătul plin de dor după spirit. Să simţim însă, dragi surori şi fraţi, cum ar trebui aceste suflete omeneşti să rămână la strigătul plin de dor, pentru că Ahriman, întunecatul Ahriman întinde haosul peste mult năzuita cunoaştere spirituală a lumilor ierarhiilor superioare. Simţiţi că în timpul nostru există posibilitatea ca împătritei vestiri a Cuvântului Cosmic să-i fie adăugată şi cea pe care v-o pot înfăţişa doar în simbol.

Din răsărit au venit lumina şi Cuvântul vestirii. Au venit din răsărit în apus, de patru ori vestit în cele patru Evanghelii, aşteptând ca din apus să vină o oglindă care va adăuga cunoaşterea la ceea ce este încă anunţare în Cuvântul lumii cel de patru ori spus. Adânc ne merge la inimă şi la suflete când auzim acea predică de pe munte care a fost rostită atunci când timpurile maturizării personalităţii se împliniseră, când vechea lumină spirituală dispăruse şi apărea noua lumină a spiritului. Noua lumină spirituală a apărut! Iar când apăru merse prin secole de evoluţie umană dinspre răsărit spre apus, aşteptând înţelegerea cuvintelor din predica de pe munte care au răsunat odinioară în inimile oamenilor. Din adâncurile evoluţiei noastre universale, răsună acea rugăciune veşnică originară, care a fost rostită ca vestire a Cuvântului universal când a avut loc Misteriul de pe Golgota. Şi a răsunat grav rugăciunea veşnică, primară care, din străfundurile cele mai intime ale inimii omeneşti, trebuia să vestească microcosmosului din suflet misterul existenţei. Această rugăciune trebuia să se facă auzită în ceea ce ne-a fost transmis ca "Tatăl Nostru" pe când ea răsuna dinspre răsărit spre apus. Stătu totuşi în aşteptare acest Cuvânt universal care s-a coborât odinioară în microcosmos, ca să poată răsuna cândva împreună cu cea de-a cincea Evanghelie [Nota 36]; sufletele omeneşti trebuiau să se maturizeze ca să înţeleagă ceea ce trebuie să răsune din vest ca Evanghelie primară, ca fiind macrocosmică, ca un ecou spre Evanghelia microcosmică a estului.

Dacă întâmpinăm cu înţelegere momentul de faţă, ne va veni şi înţelegerea faptului că celor patru Evanghelii li se poate adăuga o a cincea. Şi aşa va fi posibil ca în seara aceasta, pe lângă misterele microcosmosului să se facă auzite cuvintele care exprimă misterele macrocosmosului. Ca prima din cea de-a cincea Evanghelie să răsune aici replica macrocosmică a rugăciunii microcosmice, care a fost cândva propovăduită dinspre răsărit spre apus. Să reverbereze aşadar ca semn al înţelegerii rugăciunea universală macrocosmică, cuprinsă în străvechea Evanghelie a cincea, care e legată de Luna şi de Jupiter, aşa cum cele patru Evanghelii sunt legate de Pământ:

A U M, Amin !
Cele rele domnesc
Mărturie a Eului care se eliberează,
Vină de sine, de alţii creată,
Trăită în pâinea cea zilnică,
În care nu domneşte voinţa cerurilor,
Căci omul s-a despărţit de împărăţia Voastră
Şi a uitat numele Vostru,
O, Părinţi din ceruri.

A U M, Amen!
Es walten die Übel,
Zeugen sich lösender Ichheit,
Von andern erschuldete Selbstheitschuld,
Erlebet im täglichen Brote,
In dem nicht waltet der Himmel Wille,
Da der Mensch sich schied von Eurem Reich

Und vergaß Euren Namen,
Ihr Väter in den Himmeln.

"Tatăl nostru" fusese dat ca rugăciune omenirii. Lui "Tatăl nostru" cel microcosmic, care a fost propovăduit dinspre răsărit spre apus, îi răsună acum străvechea rugăciune macrocosmică. Acesta îi este ecoul, când, just înţeleasă de către sufletele omeneşti, răsună în depărtările lumii şi este redată prin cuvintele care au luat formă din macrocosmos. Să ducem cu noi acest "Tatăl nostru" macrocosmic, simţind că, prin aceasta, începem să câştigăm înţelegere pentru Evanghelia cunoaşterii: a cincea Evanghelie. Din acest moment important să luăm acasă în sufletul nostru voinţa întărită, cu gravitate şi demnitate; certitudinea că toată înţelepciunea pe care o caută sufletul omenesc aici ❙ dacă această căutare este autentică ❙ e un curent invers faţă de înţelepciunea cosmică; şi orice iubire omenească înrădăcinată în iubirea dezinteresată a sufletului, rodeşte din iubirea ce domneşte în evoluţia umană.

Din voinţa umană puternică ce se umple cu sensul existenţei şi cu sensul Pământului se răsfrânge, în toate timpurile Pământului şi în toate sufletele omeneşti, o întărire prin forţa cosmică pe care omenirea o imploră azi, ridicându-şi confuz privirea spre un spirit pe care-l speră, dar pe care nu vrea să-l recunoască, deoarece Ahriman a sădit în sufletul omenesc o teamă inconştientă, pretutindeni unde se vorbeşte azi de spirit. Să simţim acest lucru, fraţi şi surori, în momentul de faţă. Simţiţi aceasta şi vă veţi putea înarma pentru acţiunea voastră spirituală şi "vă veţi putea dovedi revelatori ai luminii spirituale, cu o gândire de neclintit chiar şi atunci când [Nota 37] întunecatul Ahriman, estompând înţelepciunea, vrea să răspândească tenebrele haosului peste privirea spirituală deplin trezită". Umpleţi-vă sufletele, fraţi şi surori, cu dorul după adevărata cunoaştere spirituală, după veritabila iubire umană, după voinţa puternică. Şi încercaţi să mişcaţi activ în voi acel spirit care poate să se încreadă în limba Cuvântului universal, care ni se adresează din depărtări de lumi şi nesfârşit de spaţii, răsunând în sufletele noastre. Acestea trebuie să le simtă cu adevărat în această seară cel ce a cuprins cu adevărat rostul existenţei: sufletele omeneşti sunt la o margine a năzuinţei lor. Simţiţi cu modestie, nu cu trufie, cu dăruire şi abnegaţie, nu cu îngâmfare a sinei, ce trebuie să devină simbolul căruia i-am aşezat azi piatra fundamentală. Simţiţi însemnătatea cunoaşterii care trebuie să ni se dea prin aceea că putem şti: învelişul entităţilor spirituale trebuie în zilele de acum străpuns în depărtările spaţiului, când entităţile spirituale vin să ne vorbească despre sensul existenţei. Pretutindeni în jur sufletele omeneşti vor trebui să asimileze sensul existenţei. Auziţi cum în diferitele locuri spirituale, unde se vorbeşte despre ştiinţa spirituală, despre religie şi artă, şi se acţionează în sensul lor, auziţi cum devine tot mai pustie forţa de a aspira a sufletelor, simţiţi că aveţi datoria să învăţaţi a fecunda aceste suflete, această forţă de a năzui a sufletului, prin imaginaţiile, inspiraţiile şi intuiţiile spiritului. Simţiţi ce va găsi acela care va asculta corect sunetul spiritualităţii creatoare.

Cei care, pe lângă vechiul "Tatăl nostru", vor învăţa să înţeleagă sensul rugăciunii din a cincea Evanghelie, vor putea recunoaşte profund acest nou sens, din timpurile de răscruce pe care le trăim.

Învăţând să înţelegem sensul acestor cuvinte, vom căuta să asimilăm germenii care trebuie să înflorească aici, dacă evoluţiei terestre îi este dat nu să se ofilească, ci să rodească şi să se dezvolte mai departe, pentru ca pământul să poată atinge, prin voinţă omenească, ţelul care i-a fost pus la începuturi.

Simţiţi aşadar în seara aceasta că înţelepciunea şi sensul noii cunoaşteri, al noii iubiri şi al noii puteri mari trebuie să devină vii în sufletele omeneşti. Sufletele care vor acţiona în vremuri de înflorire şi rodire a viitoarelor evoluţii pământeşti vor trebui să înţeleagă ceea ce noi vrem să întrupăm azi pentru prima oară sufletelor noastre: vocea macrocosmic răsunătoare a veşnicei rugăciuni străbune:

A U M, Amin !
Cele rele domnesc,
Mărturie a Eului care se eliberează,
Vină de sine, de alţii creată,
Trăită în pâinea cea zilnică
În care nu domneşte voinţa cerurilor,
Căci omul s-a despărţit de împărăţia Voastră
Şi a uitat numele Vostru,
O, Părinţi din ceruri.

Aşa ne despărţim ❙ ducând cu noi în suflet conştienţa semnificaţiei ce se desprinde din gravitatea şi demnitatea actului pe care l-am săvârşit. Conştienţa acestei seri trebuie să aprindă în noi năzuinţa de a cunoaşte noua revelaţie dată omenirii, după care sufletul uman este însetat şi din care el va bea, dar abia atunci când va câştiga neînfricat credinţa şi încrederea în ceea ce poate vesti ştiinţa despre spirit, care trebuie la rândul ei să unească ceea ce a trebuit să meargă separat un timp, de-a lungul evoluţiei umane: religia, arta, şi ştiinţa. Să ducem cu noi acestea, surori şi fraţi, ca ceva, ca o cugetare asupra unui ceas solemn sărbătorit împreună, care nu am vrea să-l uităm niciodată.

(Urmează acoperirea şi betonarea pietrei fundamentale)

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

V

Evanghelia cunoaşterii şi rugăciunea ei

OBSERVAŢIE PRELIMINARĂ

Marie Steiner

În cele patru drame-misterii Rudolf Steiner dăduse o formă dramatică cunoştinţelor sale. Cunoaşterea spirituală devenise o desfăşurare trăită de oameni pe scenă. Năzuinţa care se avânta din străfundul sufletului spre spirit trebuia să fie acum exprimată prin personaje care acţionau.

Vechii greci au întreţesut firesc în naraţiunea istorică figuri de zei: erau încă fiinţial aproape de aceştia. Arta nu era posibilă fără simţirea divinului. În faţa privirii spirituale se ridica acum o problemă de cunoaştere, legea karmei; aceasta trebuia trăită prin cea mai profundă simţire. Cel mai bun mijloc prin care oamenii pot fi făcuţi să participe la o trăire atât de adâncă este acela al artei. A ne reprezenta în felul acesta karma care acţionează în destinul omenirii, era cerinţa timpului. Rudolf Steiner a îndeplinit această cerinţă. După ce spiritul german, în înflorirea sa clasică, şi-a îndeplinit misiunea sa naţională şi s-a revărsat în lumea înconjurătoare, s-a scurs în ea, trebuia să se individualizeze spiritul şi să se anticipeze perioadele următoare de cultură care să adune iarăşi la un loc ceea ce era pe cale să se atomizeze. Forţele vitale care acţionau în suflet trebuie să cuprindă acum materia şi să o pătrundă astfel încât ea să strălumineze. Omul, care înlăuntrul dezvoltării pământeşti este ultima verigă a ierarhiilor, trebuie să se ridice şi la nivelul lor de conştienţă. Până-i va reuşi aceasta, va recădea deseori în întuneric: nu-i este îngăduit însă să cedeze în această luptă pentru urcuş. Drumurile spre acest ţel ne sunt indicate de către arta, ştiinţa şi religia cuprinse cu adevărat.

Aceste cunoştinţe deveniseră conţinutul impunătoarelor expuneri pe care Dr. Steiner le-a făcut la München după reprezentarea dramelor-misterii. Îngustimea spaţiului care stătea la dispoziţie şi dorinţa de a înălţa un lăcaş demn de dramele-misterii i-au determinat pe auditori să înfăptuiască dorinţe de mult nutrite. A fost decisă construirea acestui lăcaş la München, cu concursul unor artişti însufleţiţi de această idee. Urmară lungi tratative cu municipalitatea care însă a respins cererea.

Prietenii noştri s-au reunit atunci în Elveţia şi au obţinut permisiunea de construire pe colina Dornach-ului, care se afla într-o izolare rustică şi reprezenta pentru unii locuitori ai Basel-ului un loc de preumblare pe timp de vară. Această propunere a fost acceptată cu recunoştinţă. Aşa a hotărât deci destinul. Au început lucrările pregătitoare. A fost schiţat planul aşezământului şi a fost stabilit locul pentru groapa în care trebuia coborâtă piatra concepută de prietenul nostru Max Benzinger. Clădirea care urma să fie ridicată peste ea ar fi oferit o privire liberă spre toate cele patru zări.

Puterile ostile dezvoltării umane ascendente ştiau bine că prin aceasta le va fi opus un puternic zăgaz. Şi a fost ca şi cum ar fi chemat forţele naturii într-ajutor, pentru a împiedica această punere a pietrei fundamentale. Stihiile se dezlănţuiau, ploaia cădea torenţial, vântul vuia. Mulţi galoşi rămaseră înfipţi în terenul calcaros-argilos desfundat. Dar nici unuia dintre noi nu i-ar fi trecut prin gând că din asemenea motive ziua punerii pietrei fundamentale ar putea fi amânată; destinul o predeterminase pentru aceasta.

Vocea spiritualizată a Dr. Steiner birui elementele dezlănţuite şi pătrunse în inimi. În jurul lui stăteau lipiţi unul de altul prietenii, dintre care unul fu în stare să fixeze în scris cuvintele lui Rudolf Steiner ❙ desigur cu lacune, dar erau cuvintele Dr. Steiner. Prin ele poate fi astfel păstrată şi pentru posteritate amintirea zilei de 20 septembrie 1913.

Alocuţiune la punerea pietrei fundamentale a edificiului de la Dornach, la 20 Septembrie 1913 [Nota 31]

Iubitele mele surori, iubiţii mei fraţi,

Să înţelegem bine ce reprezintă această seară sărbătorească. Într-un anumit sens, acest act înseamnă un legământ pentru sufletul nostru. Năzuinţa noastră a avut drept urmare faptul că, în acest loc, din care privim departe spre cele patru puncte cardinale ale cerului, putem să înălţăm acest semn distinctiv al vieţii spirituale al timpurilor moderne. Să ne fie tuturor limpede că astăzi, în timp ce ne simţim sufletele unite cu ceea ce am coborât simbolic în pământ, facem legământ cu acest curent evolutiv al omenirii în care vedem expresia adevărului. Să încercăm, iubite surori şi iubiţi fraţi, să facem acest legământ sufletesc: că vom privi în acest moment dincolo de toate lucrurile mărunte ale vieţii, de toate cele care ne leagă, şi neapărat trebuie să ne lege, de existenţa cotidiană. Să încercăm, în acest moment, să trezim în noi gândul unirii sufletului uman cu aspiraţia din aceste timpuri de răscruce. Să încercăm să ne gândim o clipă că, îndeplinind ceea ce voiam să îndeplinim în seara aceasta, trebuie să purtăm în noi conştienţa da a privi spre timpuri foarte îndepărtate, pentru a observa cum se va integra misiunea al cărei semn va trebui să devină această construcţie, marii misiuni a omenirii pe planeta noastră pământească. Nu cu mândrie şi trufie, ci cu modestie, dăruire şi abnegaţie să ne străduim a ne ridica sufletele spre marile planuri, spre marile ţeluri ale activităţii omeneşti pe Pământ. Să ne străduim să ne punem în situaţia în care cu adevărat trebuie şi avem datoria să fim, dacă înţelegem în mod just acest moment.

Să încercăm să ne reprezentăm felul cum a pătruns, cândva, în evoluţia pământească, marea veste şi solie, Evanghelia cea din vecii vecilor

a vieţii dumnezeieşti-spirituale, cum s-a extins ea pe pământ când spiritele divine înseşi erau marii învăţători ai omenirii. Să încercăm, iubite surori şi iubiţi fraţi, să ne transpunem în acele divine timpuri ale pământului, ale cărei ultime amintiri ne apar când, în Grecia veche, îl auzim pe Platon vestind ❙ cu ultimele accente ale înţelepciunii Misteriilor şi în acelaşi timp cu primele accente filosofice ❙ ideile veşnice şi învelişurile veşnice ale lumii [Nota 35]. Şi să ne străduim să înţelegem ce a pătruns de atunci în evoluţia pământească sub formă de influenţe luciferice şi ahrimanice. Să încercăm să ne lămurim felul în care s-a retras din sufletul omenesc relaţia cu existenţa divină a lumii, cu voinţa, simţirea şi cunoaşterea dumnezeiesc-spirituală.

Să ne străduim în acest moment să simţim adânc de tot în sufletul nostru ce simt sufletele omeneşti azi în ţările din răsărit, nord, vest şi sud, acelea pe care trebuie să le recunoaştem ca pe cele mai bune şi care nu trec dincolo de ceea ce putem exprima prin cuvintele: un dor şi o speranţă nedefinite şi insuficiente după spirit. Priviţi în jur, dragi surori şi fraţi, cum acest dor nedefinit, această speranţă după spirit freamătă în toată omenirea de azi. Simţiţi auzind aici lângă piatra fundamentală a monumentului nostru, cum în dorul şi speranţa omenirii după spirit se aude strigătul după răspuns, acel răspuns care poate fi dat acolo unde poate domni ştiinţa spirituală cu Evanghelia soliei despre spirit. Străduiţi-vă să înscrieţi în sufletele voastre măreţia momentului pe care-l trăim în seara aceasta. Dacă putem auzi strigătul omenirii plin de dor după spirit, şi vrem să ridicăm acel edificiu al adevărului, din care să se vestească din ce în ce mai mult mesajul despre spirit, dacă simţim aceasta în viaţa acestei lumi, înseamnă că suntem cu toţii într-un cuget în seara aceasta. Şi ştim ❙ nu într-un spirit de trufie şi supraestimare a strădaniei noastre, ci cu modestie, dăruire de sine şi abnegaţie ❙ că, în eforturile strădaniilor noastre, trebuie să fim continuatorii acelei munci spirituale care s-a pornit în occident [Nota 32] de-a lungul unei dezvoltări umane progresive, dar care până la urmă trebuia să ducă ❙ prin contracurentul necesar al forţelor ahrimanice ❙ la faptul că omenirea se află azi într-un punct în care sufletele ar trebui să se usuce, să devină pustii, dacă acel strigăt plin de dor după spirit nu ar fi auzit [Nota 33]. Să simţim, iubite surori şi iubiţi fraţi, aceste temeri! Aşa trebuie să fie dacă ne este permis să participăm mai departe la acea luptă spirituală, care este o luptă încinsă de focul iubirii; la această mare luptă spirituală ai cărei continuatori putem fi ❙ luptă pe care au dus-o străbunii noştri odinioară, când au respins în alte părţi atacul ahrimanic al maurilor [Nota 34].

Ne aflăm în acest moment, conduşi de karmă, în locul străbătut de importante curente spirituale. Să simţim, în această seară, seriozitatea situaţiei. Cândva omenirea ajunsese la punctul final în năzuinţa după personalitate. Când în plenitudinea acestei personalităţi pământeşti fu secată vechea moştenire a conducătorilor divini de la începuturile evoluţiei pământeşti, apăru în răsărit Cuvântul lumii:

La început era Cuvântul
Şi Cuvântul era la Dumnezeu
Şi un Dumnezeu era Cuvântul.

Şi Cuvântul apăru sufletelor omeneşti şi spuse sufletelor omeneşti: Umpleţi evoluţia pământească cu sensul Pământului ! ❙ Acum Cuvântul însuşi a trecut în aura pământului, a fost primit de aura spirituală a Pământului.

De patru ori a fost vestit Cuvântul lumii de-a lungul secolelor care în curând vor alcătui două milenii. Aşa a luminat lumina lumii evoluţia pământească.

Tot mai jos a căzut şi trebuia să cadă Ahriman. Să ne simţim înconjuraţi de sufletele omeneşti în care răsună strigătul plin de dor după spirit. Să simţim însă, dragi surori şi fraţi, cum ar trebui aceste suflete omeneşti să rămână la strigătul plin de dor, pentru că Ahriman, întunecatul Ahriman întinde haosul peste mult năzuita cunoaştere spirituală a lumilor ierarhiilor superioare. Simţiţi că în timpul nostru există posibilitatea ca împătritei vestiri a Cuvântului Cosmic să-i fie adăugată şi cea pe care v-o pot înfăţişa doar în simbol.

Din răsărit au venit lumina şi Cuvântul vestirii. Au venit din răsărit în apus, de patru ori vestit în cele patru Evanghelii, aşteptând ca din apus să vină o oglindă care va adăuga cunoaşterea la ceea ce este încă anunţare în Cuvântul lumii cel de patru ori spus. Adânc ne merge la inimă şi la suflete când auzim acea predică de pe munte care a fost rostită atunci când timpurile maturizării personalităţii se împliniseră, când vechea lumină spirituală dispăruse şi apărea noua lumină a spiritului. Noua lumină spirituală a apărut! Iar când apăru merse prin secole de evoluţie umană dinspre răsărit spre apus, aşteptând înţelegerea cuvintelor din predica de pe munte care au răsunat odinioară în inimile oamenilor. Din adâncurile evoluţiei noastre universale, răsună acea rugăciune veşnică originară, care a fost rostită ca vestire a Cuvântului universal când a avut loc Misteriul de pe Golgota. Şi a răsunat grav rugăciunea veşnică, primară care, din străfundurile cele mai intime ale inimii omeneşti, trebuia să vestească microcosmosului din suflet misterul existenţei. Această rugăciune trebuia să se facă auzită în ceea ce ne-a fost transmis ca "Tatăl Nostru" pe când ea răsuna dinspre răsărit spre apus. Stătu totuşi în aşteptare acest Cuvânt universal care s-a coborât odinioară în microcosmos, ca să poată răsuna cândva împreună cu cea de-a cincea Evanghelie [Nota 36]; sufletele omeneşti trebuiau să se maturizeze ca să înţeleagă ceea ce trebuie să răsune din vest ca Evanghelie primară, ca fiind macrocosmică, ca un ecou spre Evanghelia microcosmică a estului.

Dacă întâmpinăm cu înţelegere momentul de faţă, ne va veni şi înţelegerea faptului că celor patru Evanghelii li se poate adăuga o a cincea. Şi aşa va fi posibil ca în seara aceasta, pe lângă misterele microcosmosului să se facă auzite cuvintele care exprimă misterele macrocosmosului. Ca prima din cea de-a cincea Evanghelie să răsune aici replica macrocosmică a rugăciunii microcosmice, care a fost cândva propovăduită dinspre răsărit spre apus. Să reverbereze aşadar ca semn al înţelegerii rugăciunea universală macrocosmică, cuprinsă în străvechea Evanghelie a cincea, care e legată de Luna şi de Jupiter, aşa cum cele patru Evanghelii sunt legate de Pământ:

A U M, Amin !
Cele rele domnesc
Mărturie a Eului care se eliberează,
Vină de sine, de alţii creată,
Trăită în pâinea cea zilnică,
În care nu domneşte voinţa cerurilor,
Căci omul s-a despărţit de împărăţia Voastră
Şi a uitat numele Vostru,
O, Părinţi din ceruri.

A U M, Amen!
Es walten die Übel,
Zeugen sich lösender Ichheit,
Von andern erschuldete Selbstheitschuld,
Erlebet im täglichen Brote,
In dem nicht waltet der Himmel Wille,
Da der Mensch sich schied von Eurem Reich

Und vergaß Euren Namen,
Ihr Väter in den Himmeln.

"Tatăl nostru" fusese dat ca rugăciune omenirii. Lui "Tatăl nostru" cel microcosmic, care a fost propovăduit dinspre răsărit spre apus, îi răsună acum străvechea rugăciune macrocosmică. Acesta îi este ecoul, când, just înţeleasă de către sufletele omeneşti, răsună în depărtările lumii şi este redată prin cuvintele care au luat formă din macrocosmos. Să ducem cu noi acest "Tatăl nostru" macrocosmic, simţind că, prin aceasta, începem să câştigăm înţelegere pentru Evanghelia cunoaşterii: a cincea Evanghelie. Din acest moment important să luăm acasă în sufletul nostru voinţa întărită, cu gravitate şi demnitate; certitudinea că toată înţelepciunea pe care o caută sufletul omenesc aici ❙ dacă această căutare este autentică ❙ e un curent invers faţă de înţelepciunea cosmică; şi orice iubire omenească înrădăcinată în iubirea dezinteresată a sufletului, rodeşte din iubirea ce domneşte în evoluţia umană.

Din voinţa umană puternică ce se umple cu sensul existenţei şi cu sensul Pământului se răsfrânge, în toate timpurile Pământului şi în toate sufletele omeneşti, o întărire prin forţa cosmică pe care omenirea o imploră azi, ridicându-şi confuz privirea spre un spirit pe care-l speră, dar pe care nu vrea să-l recunoască, deoarece Ahriman a sădit în sufletul omenesc o teamă inconştientă, pretutindeni unde se vorbeşte azi de spirit. Să simţim acest lucru, fraţi şi surori, în momentul de faţă. Simţiţi aceasta şi vă veţi putea înarma pentru acţiunea voastră spirituală şi "vă veţi putea dovedi revelatori ai luminii spirituale, cu o gândire de neclintit chiar şi atunci când [Nota 37] întunecatul Ahriman, estompând înţelepciunea, vrea să răspândească tenebrele haosului peste privirea spirituală deplin trezită". Umpleţi-vă sufletele, fraţi şi surori, cu dorul după adevărata cunoaştere spirituală, după veritabila iubire umană, după voinţa puternică. Şi încercaţi să mişcaţi activ în voi acel spirit care poate să se încreadă în limba Cuvântului universal, care ni se adresează din depărtări de lumi şi nesfârşit de spaţii, răsunând în sufletele noastre. Acestea trebuie să le simtă cu adevărat în această seară cel ce a cuprins cu adevărat rostul existenţei: sufletele omeneşti sunt la o margine a năzuinţei lor. Simţiţi cu modestie, nu cu trufie, cu dăruire şi abnegaţie, nu cu îngâmfare a sinei, ce trebuie să devină simbolul căruia i-am aşezat azi piatra fundamentală. Simţiţi însemnătatea cunoaşterii care trebuie să ni se dea prin aceea că putem şti: învelişul entităţilor spirituale trebuie în zilele de acum străpuns în depărtările spaţiului, când entităţile spirituale vin să ne vorbească despre sensul existenţei. Pretutindeni în jur sufletele omeneşti vor trebui să asimileze sensul existenţei. Auziţi cum în diferitele locuri spirituale, unde se vorbeşte despre ştiinţa spirituală, despre religie şi artă, şi se acţionează în sensul lor, auziţi cum devine tot mai pustie forţa de a aspira a sufletelor, simţiţi că aveţi datoria să învăţaţi a fecunda aceste suflete, această forţă de a năzui a sufletului, prin imaginaţiile, inspiraţiile şi intuiţiile spiritului. Simţiţi ce va găsi acela care va asculta corect sunetul spiritualităţii creatoare.

Cei care, pe lângă vechiul "Tatăl nostru", vor învăţa să înţeleagă sensul rugăciunii din a cincea Evanghelie, vor putea recunoaşte profund acest nou sens, din timpurile de răscruce pe care le trăim.

Învăţând să înţelegem sensul acestor cuvinte, vom căuta să asimilăm germenii care trebuie să înflorească aici, dacă evoluţiei terestre îi este dat nu să se ofilească, ci să rodească şi să se dezvolte mai departe, pentru ca pământul să poată atinge, prin voinţă omenească, ţelul care i-a fost pus la începuturi.

Simţiţi aşadar în seara aceasta că înţelepciunea şi sensul noii cunoaşteri, al noii iubiri şi al noii puteri mari trebuie să devină vii în sufletele omeneşti. Sufletele care vor acţiona în vremuri de înflorire şi rodire a viitoarelor evoluţii pământeşti vor trebui să înţeleagă ceea ce noi vrem să întrupăm azi pentru prima oară sufletelor noastre: vocea macrocosmic răsunătoare a veşnicei rugăciuni străbune:

A U M, Amin !
Cele rele domnesc,
Mărturie a Eului care se eliberează,
Vină de sine, de alţii creată,
Trăită în pâinea cea zilnică
În care nu domneşte voinţa cerurilor,
Căci omul s-a despărţit de împărăţia Voastră
Şi a uitat numele Vostru,
O, Părinţi din ceruri.

Aşa ne despărţim ❙ ducând cu noi în suflet conştienţa semnificaţiei ce se desprinde din gravitatea şi demnitatea actului pe care l-am săvârşit. Conştienţa acestei seri trebuie să aprindă în noi năzuinţa de a cunoaşte noua revelaţie dată omenirii, după care sufletul uman este însetat şi din care el va bea, dar abia atunci când va câştiga neînfricat credinţa şi încrederea în ceea ce poate vesti ştiinţa despre spirit, care trebuie la rândul ei să unească ceea ce a trebuit să meargă separat un timp, de-a lungul evoluţiei umane: religia, arta, şi ştiinţa. Să ducem cu noi acestea, surori şi fraţi, ca ceva, ca o cugetare asupra unui ceas solemn sărbătorit împreună, care nu am vrea să-l uităm niciodată.

(Urmează acoperirea şi betonarea pietrei fundamentale)

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

VI
EXEGEZE

Exegeză la "Lumina pe cale"
de Mabel Collins [Nota 38]

Explicaţiile de mai jos ale lui Rudolf Steiner se referă la primele fraze din "Lumina pe cale":

"Aceste învăţături au fost scrise pentru oricine caută adevărul.
Ţine seama de ele!
Înainte ca ochiul să poată vedea, trebuie să se fi dezobişnuit să plângă.
Înainte ca urechea să poată auzi, trebuie să-i dispară impresionabilitatea.
Înainte ca vocea să poată vorbi în faţa Maeştrilor, trebuie să se dezobişnuiască de a jigni.
Şi înainte ca sufletul să poată sta în faţa lor, sângele inimii lor trebuie să stropească picioarele."

Ceea ce intelectul (Kama Manas), orientat spre cele mărginite numeşte adevăr, este numai o subspecie a ceea ce discipolul esoteric "*caută* ca adevăr". Căci adevărul intelectului se referă la ceea ce *a devenit*, la ceea ce e *evident*. Iar evidentul e doar o parte a existenţei. Fiecare lucru al lumii noastre înconjurătoare este în acelaşi timp, produs, creatură (adică ceva devenit, evident) şi *germene* (invizibil, în devenire). Şi abia când examinezi un lucru sub ambele aspecte (de lucru devenit şi de lucru în devenire), îţi dai seama că este expresia *unei singure vieţi*, a vieţii care are timpul nu în afara ei, ci în ea. Tot aşa şi adevărul limitat este doar ceva *devenit*; el trebuie să fie însufleţit printr-un adevăr *în devenire*. Pe primul îl *înţelegi*, pe al doilea "îl iei în seamă". Toate adevărurile pur ştiinţifice aparţin primului gen. "Lumina pe cale" *nu este* scrisă pentru cel care caută *numai* asemenea adevăruri. Este scrisă pentru cei ce caută *acel* adevăr care este azi germene ca să devină mâine produs; şi pentru cei care nu cuprind lucrul devenit, ci *iau în seamă* lucrul în devenire. Dacă vrea cineva să înţeleagă învăţăturile din "Lumina pe cale", trebuie să le nască în sine şi să le iubească precum ceva din afara sa, aşa cum mama naşte copilul propriu şi-l iubeşte ca pe ceva exterior ei.

Primele patru învăţături deschid poarta de intrare în esoterism, dacă sunt înţelese. ❙ Cu ce întâmpină omul obiectele cunoaşterii sale? Cine se cercetează mereu va descoperi că bucuria şi durerea sunt răspunsul său la impresiile lumii sensibile şi suprasensibile. Ne lăsăm uşor cuprinşi de convingerea că am lepădat plăcerea şi neplăcerea. Trebuie însă să cobori în cele mai ascunse unghere ale sufletului şi să scoţi de acolo *plăcerea ta*, *neplăcerea ta*; căci cunoaşterea este posibilă numai dacă toate plăcerile şi neplăcerile de acest fel sunt consumate de fericirea sinei superioare. Unii gândesc: pe calea aceasta vom deveni oameni reci şi seci. Dar nu e cazul. O bucată de aur rămâne aceeaşi bucată de aur ❙ ca greutate şi culoare ❙, chiar când e transformată în bijuterie. Tot aşa şi Kama rămâne ceea ce este ❙ ca conţinut şi intensitate ❙, chiar şi când e modelată spiritual. Forţa Kamei nu trebuie extirpată, ci integrată conţinutului *focului divin*. De aceea delicata sensibilitate a ochiului nu trebuie să se reverse în lacrimi, ci să aurească impresiile primite. Resoarbe fiecare lacrimă şi împrumută strălucirea perlată pe care o are, razei ce pătrunde în ochi. Forţe irosite sunt plăcerea *ta* şi durerea *ta*; irosite pentru cunoaştere. Căci forţa care se scurge în această plăcere şi în această durere trebuie să pătrundă în obiectul cunoaşterii.

"*Înainte ca ochiul să poată vedea, trebuie să se dezobişnuiască să plângă*".

Cine îl mai detestă pe răufăcător în sensul obişnuit şi cine îl mai adoră pe sfânt în acest sens obişnuit, acela nu şi-a dezobişnuit ochiul de lacrimi. Arde-ţi toate lacrimile în voinţa de a ajuta. Nu plânge asupra celui oropsit, *dă-ţi seama* de situaţia lui şi ajută-l! Nu murmura în legătură cu cele rele; înţelege-le şi transformă-le în bune. Lacrimile tale nu fac decât să tulbure limpezimea pură a luminii. *Simţi* cu atât mai delicat cu cât eşti mai puţin *impresionabil*. Sunetul devine clar pentru ureche când această claritate nu este tulburată de entuziasmul, de simpatia care-l întâmpină la intrarea în ureche.

"*Înainte ca urechea să poată auzi trebuie să-i dispară impresionabilitatea*".

Altfel spus, aceasta înseamnă: lasă bătăile de inimă ale celuilalt să răsune în tine şi nu le tulbura prin pulsaţiile propriei tale inimi. Urechea trebuie s-o deschizi şi nu terminaţiile nervoase. Căci terminaţiile nervoase îţi vor spune dacă un sunet îţi este *plăcut* sau nu; dar urechea ta deschisă îţi va spune *cum* este sunetul însuşi. Când mergi la un bolnav lasă fiecare fibră a trupului *său* să-ţi vorbească, şi nimiceşte impresia pe care ţi-o face.

Şi cuprinzând primele două propoziţii: întoarce-ţi voinţa; las-o să devină cât se poate de puternică, dar nu-i îngădui să se reverse în lucruri ca *a ta*, ci informează-te mai întâi asupra esenţei lucrurilor şi dă-le apoi voinţa ta; fă ca atât tu cât şi voinţa ta să vă revărsaţi din lucruri. Intensitatea luminoasă a ochilor tăi să curgă din fiecare floare, din fiecare stea, dar ţie cu lacrimile tale pune-ţi frâu.

Dăruieşte cuvintele tale lucrurilor care sunt mute, pentru ca ele să vorbească prin tine. Căci aceste lucruri mute nu sunt o invitaţie pentru plăcerea ta, ci o invitaţie pentru acţiunea ta. Ele ţi se înfăţişează nu ca ceva ce a ajuns *devenit* fără tine, ci ca ceva ce trebuie să devină prin tine.

Şi atâta vreme cât impui dorinţa ta unui lucru, fără ca această dorinţă a ta să se fi născut din lucrul însuşi, răneşti acest lucru. Dar cât timp

mai răneşti pe cineva, nici un maestru nu te poate asculta. Căci maestrul îi ascultă numai pe aceia care au nevoie de el. Şi nu are nevoie de maestru cel ce intră cu forţa în lucruri. Sinea inferioară a omului este ca un ac ascuţit care vrea să se vâre pretutindeni. Câtă vreme vrea asta, nici un maestru nu va voi să îi asculte vocea.

"*Înainte ca vocea să poată vorbi în faţa maeştrilor, trebuie să se dezobişnuiască de a răni.*"

Câtă vreme acele ascuţite ale lui "*eu vreau*" mai ies la iveală din cuvintele omului, aceste cuvinte continuă să fie trimişi ai sinei sale inferioare. Când acele au fost îndepărtate iar vocea a devenit dulce şi mlădioasă încât se aşează ca un voal peste misterele tuturor lucrurilor, atunci se ţese pe sine însuşi ca veştmânt spiritual (Majavirupa), în care se îmbracă sunetul delicat al Maestrului. Cu fiecare gând pe care omul îl dedică adevărului interior al lucrurilor în înţelesul autentic al cuvântului el ţese un fir pentru veşmântul în care să se poată îmbrăca Maestrul care îi apare. Cine se face el însuşi mesager al lumii, organ prin care vorbesc adâncurile enigmelor universale, acela îşi "revarsă viaţa sufletului său în lume", sângele inimii sale îi udă picioarele pentru ca ele să-l ducă grabnic acolo unde trebuie acţionat. Şi când *sufletul* se află acolo unde eul inferior *nu este*, şi când nu se află acolo unde omul *stă* bucurându-se, ci acolo unde l-au dus picioarele lui *active*, atunci apare şi aici Maestrul.

"*Şi înainte ca sufletul să poată sta în faţa lor, sângele inimii lor trebuie să le stropească picioarele.*"

Cine *rămâne pe loc* în sinea sa, nu poate găsi maestrul; cine vrea să-l găsească, trebuie să lase puterea sufletului său sângele inimii sale să curgă în acţiunea sa, în picioarele sale active.

Acesta este *primul* sens al celor patru învăţături fundamentale. Celui care cu trăieşte acest sens, îi poate fi dezvăluit şi al doilea, şi apoi şi celelalte. Căci aceste învăţături sunt adevăruri oculte, şi fiecare adevăr ocult are cel puţin şapte sensuri.

A doua parte a exegezei se referă la tezele 17 şi 18 din capitolul al II-lea:

> 17. "Întreabă lăuntrul cel mai intim, pe Unicul, despre ultimul din misterele sale, care te înconjoară de milenii.
> Lupta cea mare şi grea, biruirea dorinţelor propriului tău suflet, este o muncă de milenii. De aceea nu aştepta preţul victoriei înainte de a mai fi adunat experienţa mileniilor. Vine apoi timpul ca această ultimă învăţătură să se prefacă în adevăr: omul păşeşte atunci peste pragul care-l ridică deasupra umanităţii".

Capitolul II. Nr. 17. În aceste ultime paragrafe din capitolul al II-lea din "Lumina pe cale" este cuprinsă o înţelepciune de cea mai profundă calitate. În Nr. 17 este conţinut îndemnul de a întreba "lăuntrul cel mai intim", "Unicul", despre "ultimul din tainele sale". Cine luminează adâncurile acestui " cel mai intim lăuntru", găseşte într-adevăr rezultatele unor "milenii". Căci ceea ce este omul azi, a devenit de-a lungul multor milenii. Lăuntrul cel mai intim a trecut prin lumi, iar fructele pe care le-a adus cu el din aceste lumi stau ascunse în sânul său. Faptul că lăuntrul cel mai intim al nostru este azi aşa cum este, îl datorează împrejurării că nenumărate acţiuni plăsmuitoare au concurat la constituirea sa, că a străbătut multe domenii şi că din aceste domenii şi-a format mereu şi mereu organe. Prin aceste organe a intrat el în relaţie cu lumile care atunci l-au înconjurat. Iar cele dobândite de el prin această relaţie le-a luat dincolo, în noile lumi, pentru ca înzestrat cu cuceririle dinainte, să aibă, pe noile trepte, trăiri tot mai bogate. Iar astăzi utilizăm sâmburele fiinţial astfel diferenţiat al lăuntrului nostru cel mai intim, pentru a avea o sumă de trăiri pe "planeta" pe care o numim "Pământ".

Toate evenimentele de pe "planeta Lună" şi cele de dinainte se află în lăuntrul nostru cel mai intim. Se aflau deja în el, când acesta, trecând printr-o Pralaya evoluă la stadiul "Pământ". Aceste evenimente trăiau în natura Pitri a acestui lăuntru, precum în sămânţa de crin se află latent întregul crin. Această sămânţă de crin este bineînţeles ceva vizibil cu ochii fizici. "Sămânţa Pitri", care a trecut de pe "Lună" pe "Pământ" prin somn, era însă întrupată în materie de cea mai înaltă speţă, perceptibilă numai "ochiului deschis pentru Dangma". Dar după cum sămânţa de crin, dacă este sădită în pământ potrivit, rânduieşte substanţele din pământ, apă, aer, în aşa fel încât se formează un nou crin, tot astfel "sămânţa Pitri" rânduieşte, de-a lungul ciclurilor sale prin existenţa pământească substanţele în aşa fel încât, în decursul acelor cicluri, să se ivească tot mai mult "omul" deplin care, după încheierea acelei de-a şasea şi la începutul celei de-a şaptea ere pământeşti, va putea într-adevăr să fie numit "chip al lui Dumnezeu". Până la mijlocul celei de-a patra ere, până la sfârşitul timpului lemurian, sămânţa omenească Pitri îşi împarte munca asupra propriului ei organism cu "formatori" de rang absolut şi superior; din acest moment însă, tot mai mult trebuie ca însuşi "lăuntrul cel mai intim" al omului să ia asupră-şi această muncă. În legătură cu ea, K. H. spune următoarele: Tot ce ai "tu" de făcut este să devii "pe deplin om". Fiindcă, să ştii: doar după natura ta fizică eşti acum aproape om. Căci şi după natura ta fizică vei fi pe deplin om de abia la sfârşitul celei de-a patra ere. Încă neorganizate, încă haotice sunt însă trupul tău astral, trupul tău mental şi trupul Eului (Manas superior). Tot aşa de desăvârşite precum trupul tău fizic, după a patra eră, trebuie să fie trupul tău astral, după a cincea, trupul tău mental după a şasea, şi trupul tău arupic (mental superior) după a şaptea eră, când îţi vei fi atins menirea, la sfârşitul ciclurilor pământeşti. Şi numai atunci *când* ai atins această menire, poţi trece pe pl aneta următoare ca un Pitri terestru normal.

Dar cei care vor să meargă pe cărarea ocultă trebuie să lucreze conştient din ce în ce mai mult la această întreită organizare a trupurilor lor superioare din "lăuntrul cel mai intim". Acesta este sensul meditării.

Îţi (constitui) organizezi *trupul astral* prin ridicarea la Sinea superioară şi prin autoexaminare. După cum forţele din afara omului au lucrat în erele trecute pentru a construi organele trupului fizic de azi, tot aşa sinea superioară a omului lăuntric lucrează la trupul astral, pentru ca acesta să devină un "chip al Divinităţii" sau "om deplin". Atunci va fi el apt să trăiască prin organele *sale* misterele lumilor superioare aşa cum trăieşte trupul fizic, prin organele *sale* de simţ, misterele lumii fizic-minerale. Ne examinăm seara în legătură cu cele trăite în timpul zilei. Prin formula cunoscută ne ridicăm la "Sinea superioară". Prin ambele activităţi lucrăm la organizarea, la construirea corpului nostru astral. Doar aşa facem din el un organism astral, un corp cu organe, în timp ce înainte era numai un fel de purtător. "Formula" aceasta este următoarea:

> "Mai strălucitoare decât Soarele, [Nota 39]
> Mai curată decât zăpada,
> Mai subtilă decât eterul,
> Este Sinea,
> Spiritul din inima mea.
> Această Sine sunt eu,
> Eu sunt această Sine."
>
> "Strahlender als die Sonne,
> Reiner als der Schnee,

Feiner als der Äther,
Ist das Selbst,
Der Geist, inmitten meines Herzens.
Ich bin dises Selbst.
Dieses Selbst bin Ich."

Prin aceasta, firește, se deschide privirea asupra ceea ce mai departe, în paragraful 17, se numește "muncă de milenii". După cum milenii au fost necesare până ce a fost realizată asemănarea exterioară fizică, tot așa va fi necesară o muncă de milenii până ce se va obține această asemănare pentru corpurile superioare. Abia atunci va sta omul pe "pragul care-l ridică dincolo de umanitate". Iar în a șaptea eră el trebuie să ajungă tot așa la acest prag, cum la sfârșitul epocii lunare a trebuit să se afle pe pragul care l-a ridicat deasupra calității lunare Pitri.

Prin meditarea mentală asupra unei fraze din scrierile inspirate, meditatorul își organizează trupul mental. Când își ia asemenea fraze pentru meditație din Bhagavad Gita, sau din alte scrieri pe care literatura teosofică i le pune la îndemână, atunci lucrează la organizarea acestui trup mental al său. Trebuie mereu subliniat că în această meditație se cere mult mai puțin să prelucrezi în mod rațional fraza *acest* lucru trebuie făcut separat în afara meditației propriu zise, cât să *trăiești* cu ea în orizontul pe deplin liber al conștienței. Ea trebuie să ne spună ce are de spus. Noi să fim cei care primesc de la ea. Dacă este o frază inspirată, începe să trăiască în conștiența noastră, să curgă din ea viață, devine în noi plenitudine, își dezvăluie un conținut pe care înainte nu-l bănuiai. Cât timp speculăm asupra ei, tot nu putem pune în ea decât ceea ce este deja în noi. Așa însă nu putem înainta.

Organizarea trupului eului depinde de latura devoțională a meditației noastre. Cu cât obținem mai mult prin această devoțiune, cu cât e ea mai profundă, mai gravă, cu atât vom deveni mai asemănători cu entitatea care trebuie să fim când plecăm din viața noastră planetară în vederea misiunilor care ne vor fi încredințate într-o existență ulterioară.

> 18. "Știința pe care acum o numești a ta proprie, este proprietatea ta numai deoarece sufletul tău s-a topit în Unic împreună cu toate sufletele și a devenit una cu lăuntrul cel mai intim. Este o comoară încredințată ție de sferele cele mai înalte. Dacă însă înșeli această încredere, dacă folosești rău știința ta, dacă o lași să dormiteze atunci când ar trebui s-o folosești, este cu totul posibil să cazi și de pe înălțimea pe care ai cucerit-o. Unii venerabili, chiar pe prag, dau înapoi, incapabili de a purta răspunderea și de a se avânta mai sus. De aceea gândește-te mereu cu teamă sfântă și cutremurare la acest moment și pregătește-te dinainte pentru luptă".

Nr. 18. Trebuie să trăim sentimentul că suntem una cu tot ce trăiește. Trebuie să ne fie limpede că ceea ce numim unicitatea noastră nu are viață *atunci când* vrea să fie o unicitate. Ea are atunci tot atât de puțină viață pe cât ar avea degetul nostru cel mic dacă ar fi rupt de organism. Și ceea ce ar fi pentru degetul mic al nostru amputarea fizic senzorială, ar fi pentru ființa noastră unică o știință care ar vrea să se refere numai la această singularitate. Noi am fost *una* când, înlăuntrul unei atotdumnezeiești existențe, am trecut pe planeta care era a treia înaintea Pământului; eram înlăuntrul existenței atotdumnezeiești și totuși o singularitate, așa cum într-o simfonie fiecare ton este o singularitate și totuși una cu întreaga simfonie. Și ceea ce suntem chemați să numim singularitatea noastră, trebuie să lase să acționeze asupra ei ceea ce întâlnește în cele 343 de lumi prin care trece (șapte planete, șapte ere pe fiecare planetă, șapte așa zise globuri la fiecare eră =7x7x7 metamorfoze =343).

Ceea ce suntem în stare să trăim aici este pus în noi ca *predispoziție* de la *început*. Și aceasta este comoara "încredințată ție de sferele cele mai înalte". Iar această comoară ce ne-a fost încredințată trebuie s-o punem în armonie cu simfonia planetară. O trăire se va oferi iarăși și iarăși celui care înțelege pe deplin *aceste* lucruri. Orice adâncire în interiorul nostru rămâne nefructuoasă, goală, dacă vrem s-o avem doar pentru noi înșine. A tinde spre desăvârșirea *noastră*, înseamnă totuși să ne lăsăm pradă doar unui egoism superior. Știința noastră trebuie să curgă neîncetat din noi. Să nu se înțeleagă că trebuie neapărat să-i învățăm mereu pe ceilalți. Acest lucru trebuie să-l facă fiecare om cum poate și când poate. Dar cel mai mic amănunt din viața cotidiană poate deveni un rezultat viu al științei altruist câștigate. Și când am ajuns *aici*, să trăim sentimentul că întreaga viață este una, că toate separatismele nu-și au baza decât în maya: atunci vom câștiga adâncirea noastră în interior împreună cu sentimentul viu că eul nostru trebuie să iradieze în această viață trăită de toate într-unul. Atunci însă adâncirea noastră va fi totdeauna răsplătită prin rodnicie. Atunci suntem siguri că nu putem cădea. Cine caută să obțină știința numai pentru a ști, numai de dragul propriei sale desăvârșiri, numai pentru a ajunge mai departe pe scara existenței, acela poate încă să cadă, chiar dacă el se va fi ridicat foarte sus. Și înainte de toate trebuie să fim conștienți de "responsabilitatea" ce ne-o asumăm prin dobândirea cunoașterii superioare. Posibilitatea de dezvoltare pe drumul evolutiv i-a fost dată omenirii numai într-o anumită măsură. De aceea, dacă ne facem mai desăvârșiți, dacă ne însușim o parte a desăvârșirii mai curând decât ar fi posibil într-o progresie normală, *luăm* așadar din măsura colectivă a umanității ceva pentru noi. Facem talerul balanței să coboare de partea noastră; de partea cealaltă cântarul se va ridica. Numai *dând* într-un anume fel putem compensa ceea ce *am luat*. Dar de aceea nici nu trebuie să credem că ar fi mai bine să nu luăm. A te feri să iei pentru ca să fi scutit de datoria de a da, tot egoism înseamnă.

A nu lua și a nu da, înseamnă *moarte*; însă noi trebuie să-i *slujim vieții*. Trebuie să obținem posibilitatea de a da; de aceea trebuie să ne încărcăm cu răspunderea luării. Să fim doar conștienți în fiecare clipă de această răspundere. Să ne gândim neîncetat la felul cum putem da cel mai bine, dacă am luat.

Asta duce la o "luptă", la o luptă serioasă, sfântă. Dar *această* luptă trebuie să fie. Nu *ne este îngăduit* să ne ferim de ea. Să ne pregătim necontenit pentru această luptă. Îndeosebi înalta importanță a *acestei lupte* a fost și este înfățișată discipolilor tuturor școlilor inițiatice. Ei sunt îndemnați să se umple, să se pătrundă de conștienta acestei lupte. Dacă lăuntrul nostru cel mai intim respiră viața acestei lupte ca dispoziție fundamentală a sufletului, în acest lăuntru prinde contur văzul interior și auzul interior. Iar dacă izbutim să rămânem liniștiți, cu *totul liniștiți* pe acest câmp de luptă, încep să fulgere pe cerul nostru astral și mental mistere superioare. Atunci apar în noi simboluri de sentimente, gânduri, care ne semnalizează realități sesizabile spiritual; și din ceața acestor realități sesizabile spiritual răsună vocea maestrului, se conturează figura maestrului. Începe pentru noi *comunicarea* superioară. Începem să nu mai fim doar co-actori în lume, devenind pentru ea vestitori (Angelos).

Ceea ce a fost expus aici ca exegeză la Nr. 18 este realitate frază cu frază, realitate superioară care trebuie trăită. Iar cine se pătrunde de înțelesul acestei fraze în acest fel, devine un cetățean al lumilor superioare.

Meditație în legătură cu "Lumina pe cale" [Nota 40]

Dimineața:

1. AUM

2. Ridicarea la sinea superioară prin formula:

"Mai strălucitoare decât Soarele,
Mai curată decât zăpada,
Mai subtilă decât eterul
Este Sinea,
Spiritul din inima mea.
Eu sunt această Sine. Această Sine sunt eu."

3. Meditaţie contemplativă la "Lumina pe cale"
a) 14 zile: "Înainte ca ochiul..."
b) 14 zile: "Înainte ca urechea..."
c) 14 zile: "Înainte ca vocea..."
d) 14 zile: "Înainte ca sufletul..."

4. Dăruire devoţională unui ideal absolut demn de veneraţie.

Seara:

Privire retrospectivă. A se începe cu ultimele trăiri şi acţiuni ale serii, continuând şirul lor invers până dimineaţa.

Exegeză la "Vocea liniştii" de H. P. Blavatsky [Nota 41]

Unui discipol care venea din vechea Societate Teosofică, Rudolf Steiner i-a indicat ca subiect de meditaţie mica scriere a Elenei Petrovna Blavatsky. "Vocea liniştii" (comp. pag. 151 ş.u.)

"...aşa încât în primele 14 zile, primele două fraze ale scrierii să se afle în orizontul conştienţei. Le am în vedere (omiţând fraza de la început) pe următoarele :

> Cine vrea să înţeleagă vocea spiritului din afara sa, trebuie să trăiască mai întâi esenţa propriului său spirit.
>
> Când căutătorul nu vrea să mai audă numai lumea simţurilor, trebuie să îl caute pe acela care produce această lume, trebuie să trăiască în gânduri care fac din lumea simţurilor o lume a aparenţei.

Nu trebuie să faci speculaţii asupra acestor fraze ci să trăieşti în ele câteva minute. Pentru aceasta trebuie să-ţi fi însuşit în prealabil conţinutul lor într-un asemenea grad, încât să-l poţi cuprinde într-o singură privire spirituală, să-l aşezi spiritual în faţa ta şi, fără să-l scormoneşti raţional, dăruindu-i-te, să-l laşi să acţioneze asupra ta. Căci meditaţia devine rodnică numai prin aceea că laşi gândurile de meditat să se reverse în deplină linişte asupra ta... "

(Scrisoare din 14 aprilie 1904)

"...Vă rog acum ca şi în următoarele săptămâni să meditaţi fragmente din "Vocea liniştii" care preced cele şapte voci. Voi da o interpretare a acestor şapte voci în următoarele zile şi atunci veţi căpăta un prim exemplar al interpretării."

(Scrisoare din 14 mai 1904)

"... Starea de spirit cea potrivită este răbdarea... Dispoziţia aşteptării ne accelerează paşii.

Sunteţi de părere că este inutil să repetaţi în meditaţie cuvintele care sunt de la sine înţelese. Nu e însă aşa. Ar fi inutil, dacă ar fi vorba de ştiinţă. Dar ceea ce e important în cazul de faţă, este să trăieşti *prin tine însuţi* ceea ce trebuie să fii şi ceea ce trebuie să faci din proprie iniţiativă din tine. Veţi afla mai îndeaproape despre acestea din adaosurile pe care vi le-am promis la "Vocea liniştii" şi pe care vi le anexez astăzi".

(Scrisoare din 11 august 1904)

"Adaosurile" ce urmează se referă la începutul scrierii "Vocii liniştii" de H. P. Blavatsky, într-o traducere folosită de Rudolf Steiner şi reprodusă de el în anexa la exegeză, traducere scrisă de o mână necunoscută, care însoţeşte manuscrisul exegezei lui Rudolf Steiner. Această traducere diferă mult de cea a lui Franz Hartmann, Editura Lotus, Leipzig (fără an). Se poate presupune că traducerea utilizată a apărut în legătură cu Rudolf Steiner.

În prima frază a "Vocii liniştii" se vorbeşte despre forţele sufleteşti inferioare (Iddhis sau Siddhis) Şi se face aluzie la "primejdiile acestor forţe sufleteşti". Aş vrea mai întâi să precizez că mica scriere "Vocea liniştii" este menită a sluji ca temă de meditaţie. E cu totul un produs al *ştiinţei ocult*e. Iar ştiinţa ocultă este ştiinţă vie, adică ea acţionează ca o forţă asupra întregului om, când acesta se pătrunde de ea meditând. Dar, cum am mai spus deja o dată, e vorba nu de prelua şi de a diseca raţional această ştiinţă, ci de a ne dărui pe deplin ei. Capătă fructul meditaţiei doar cel care reuşeşte să elibereze pentru scurt timp câmpul conştienţei de toate impresiile cotidiene, timp în care se umple pe deplin cu gândurile meditaţiei.

Aş vrea acum să vă atrag atenţia asupra unor lucruri care stau ca ştiinţă ocultă la baza "Vocii liniştii". Dar trebuie să precizez foarte categoric că nu e vorba de a supune unor reflecţii speculative această ştiinţă în momentele de cufundare meditativă în frazele din "Vocea liniştii", ci de o însuşire a acestei ştiinţe în timpul din afara meditaţiei. Atunci ea devine o parte integrantă a sufletului nostru, şi acţionează în noi chiar şi când n-o desfăşurăm în gânduri amănunţite în timpul meditaţiei.

Toate sentinţele cu adevărat oculte se bazează pe cunoaşterea dezvoltării universale şi provin din această ştiinţă care-l vede pe om în

concordanţă cu Unicul Toate Vieţuitor, ce se trăieşte pe sine în forme mereu noi. Dar omul trebuie să se recunoască a fi una din aceste forme. El trebuie să înveţe a înţelege că procesele evolutive ale unui trecut îndelungat s-au integrat fiinţei sale şi că el însuşi constituie forma de trecere spre stări superioare.

Aşa cum este azi, omul e alcătuit dintr-o serie de corpuri: corpurile fizic, astral şi cel spiritual inferior precum şi corpul spiritual superior. Corpuri şi mai înalte sunt deocamdată în el doar schiţate. Numai atunci are omul o imagine justă despre sine când ştie că anumite corpuri nu au ajuns la acelaşi grad de desăvârşire. Căci chiar dacă, de pildă, corpul astral e la un nivel mai înalt decât corpul fizic, corpul astral *de astăzi* al omului este totuşi inferior corpului fizic. Trebuie făcută distincţia între desăvârşirea relativă şi desăvârşirea absolută. Corpul fizic al omului se află azi, *în felul său*, pe o anumită înălţime a desăvârşirii, şi va fi cu totul desăvârşit când actuala aşa-zisa "rundă" a Pământului nostru va fi ajuns la sfârşit. Corpul astral mai stă însă azi pe o treaptă inferioară a desăvârşirii şi doar în a cincea rundă va fi tot atât de departe, pe cât este azi trupul fizic *în felul său*. În felul lor, mai rămase în urmă sunt apoi corpurile superioare. De aceea putem spune: omul trebuie să lucreze încă mult asupră-şi pentru ca şi corpurile sale superioare să devină tot atât de organizate, tot atât de formate precum este corpul fizic. În esenţă omul nu poate azi să greşească atât de mult faţă de organizarea lui fizică, precum poate s-o facă faţă de corpurile sale superioare. Îţi poţi desigur vătăma şi organizarea fizică; dar vătămarea corpurilor superioare e cu totul altceva. Căci aceste corpuri superioare sunt încă într-o stare embrionară iar când acţionăm asupra lor, acţionăm asupra unor predispoziţii, iar nu asupra unor organe care au dobândit, până la un anumit grad, o formă finală în împărăţia naturii. Organizăm corpurile noastre superioare prin felul în care gândim, cum percepem, cum simţim, cum dorim. Facem aceasta în acelaşi fel cum au făcut-o forţele naturii, în timpuri de mult trecute, când au format organele noastre fizice: plămânii, inima, ochii, urechile ş.a.m.d. din formaţiuni inferioare. Trebuie să ne considerăm continuatori ai naturii pe planurile superioare. Există îndrumări ca "Vocea liniştii" pentru ca să ne direcţionăm gândurile, dorinţele, senzaţiile, sentimentele aşa încât să ne organizăm *noi* înşine corpurile noastre superioare în felul în care natura a organizat corpul nostru fizic. Şi ne punem pe făgaşul justei dezvoltări când lăsăm, în timpul meditaţiei, să acţioneze asupra noastră asemenea fraze. Căci aceste fraze sunt tocmai forţe spirituale ale naturii care ne conduc, şi prin care ne conducem noi înşine. Dacă ne conducem după ele, atunci corpurile noastre superioare se organizează şi dobândim organe de percepţie şi acţiune pentru planurile superioare, devenim văzători, auditori şi activi pe planurile superioare, cum am devenit, pe planul fizic, prin forţele naturii, văzători, auditori şi activi. Trebuie recunoscut că într-o asemenea dezvoltare există "primejdii". Ele vin din partea forţelor sufleteşti aşa zis inferioare, când forţa spirituală nu este îndreptată în direcţia corespunzătoare. "Vocea liniştii" a fost scrisă ca să poată fi găsită această direcţie.

Apare *de asemenea* o primejdie pentru om, dacă se lasă cuprins de un sentiment incorect faţă de fraza că "lumea exterioară" e doar o lume a aparenţei. Desigur, într-un anumit sens, lucrurile aşa stau. Dar omul nu e chemat să se retragă din această "lume exterioară" şi să se refugieze în lumi superioare. Trebuie să ne câştigăm posibilitatea de a privi în lumile superioare, dar trebuie să ne fie limpede că ceea ce trebuie să căutăm în aceste lumi superioare sunt *cauzele* efectelor în lumea *noastră* fizică. Să ne reamintim neîncetat că trebuie să ne adâncim în propriul nostru spirit. Printr-o asemenea adâncire învăţăm să înţelegem spiritul care ne vorbeşte în afara noastră prin fiecare frunză, prin fiecare animal, prin fiecare om. Ar fi greşit dacă am căuta spiritul şi am desconsidera organele sale, care sunt fenomenele şi procesele *acestei* lumi. Impulsurile, motivele acţiunii în această lume trebuie să le scoatem din planurile superioare; acţiunea însăşi, în perioada dintre naştere şi moarte, trebuie să fie în *această* lume. Nu trebuie să dispreţuim lumea, ci s-o iubim; dar nu trebuie să o iubim aşa cum apare ea doar simţurilor fizice, trebuie să învăţăm zi de zi, ceas de ceas, cum este ea o *expresie* a spiritului. Să căutăm pretutindeni, în sensul celei de-a treia fraze din "Vocea liniştii", "Zămislitorul" aflat pe un plan mai înalt. Desigur, lumea simţurilor devine în felul acesta o lume a aparenţei. Dar numai în măsura în care omul o priveşte în mod obişnuit. De pildă: vedem un răufăcător. Privindu-l aşa cum cei mai mulţi oameni privesc un asemenea om, vedem doar o *aparenţă*. Învăţăm să cunoaştem adevărul despre răufăcător atunci când ne îndreptăm spre el o privire inspirată de lumile superioare. Când privim adânc în viaţa lumii, se schimbă toate sentimentele, toate trăirile noastre faţă de realitatea care ne înconjoară. Şi printr-o asemenea cunoaştere devenim destoinici pentru lumea reală în care trăim. Va trebui să înţelegem din ce în ce mai mult, că suntem mult mai puţin chemaţi mai întâi să îndreptăm lumea, cât opiniile noastre părelnice despre lume. Putem interveni corectiv în lume doar atunci când ne-am corectat pe noi înşine, răzbătând de la opiniile false la cele adevărate. De aceea se spune în "Vocea liniştii": "Doar atunci, doar atunci se va închide simţirea faţă de domeniul greşelii şi se va deschide domeniului adevărului, când omul nu va mai percepe multele entităţi ale aparenţei ca atare, ci îşi va îndrepta privirea spre singurul adevărat."

"Spiritul creator" lucrează în afară, în jurul nostru; dar spiritul lucrează şi înlăuntrul nostru. Lumea exterioară ne va dezvălui mereu acest Spirit creator, dacă dobândim "firul de argint" care ne leagă pe noi înşine de spiritul creator. De aceea trebuie să ascultăm la tot ce răzbate până la urechea noastră, trebuie să privim atent la tot ce se înfăţişează ochiului nostru: niciodată însă să nu ne lăsăm dirijaţi din afară, ci să ne fie limpede că înlăuntru se află interpretul, dirijorul care pune toate cele din afară în lumina justă. Prin ruperea "firului de argint" din lăuntru noi înşine transformăm lumea exterioară într-o lume a aparenţei care apoi ne înşeală la fiecare pas; prin menţinerea legăturii interioare cu izvorul spiritului, se revarsă pentru noi şi toată lumina adevărului asupra lumii exterioare.

Trebuie să cercetăm în spiritul propriu: atunci ni se deschide spiritul lumii. De obicei nu se acceptă că acesta este drumul pe care se poate ajunge la vederea în lumile superioare. Şi totuşi acesta este.

"Sălile" din "Vocea liniştii" sunt adevărate trăiri ale cunoaşterii de sine a omului.

Este important să ne reprezentăm clar în faţa sufletului treptele desemnate aici. Nu este vorba de a înţelege în mod raţional sensul avut în vedere cu aceste "săli". Trebuie să *trăim* acest sens. A înţelege este cel mai mic lucru; iar această înţelegere nu deschide nici un fel de forţe superioare. Dar chiar când credem că am înţeles de mult, să *trăim* mereu şi mereu acest sens: aceasta deschide. Ocultiştii experimentaţi ştiu că înţelegerea aforismelor nu înseamnă nimic. De aceea orice ocultist va lăsa să trăiască mereu şi mereu în el ceea ce a fost de mult înţeles. Şi nici unui adevărat ocultist nu-i este îngăduit să neglijeze a trăi *zilnic* în mod meditativ cu cele mai importante şi mai simple adevăruri. Aceasta nu îi dă ştiinţa în sensul lumesc, ci *forţă* şi *viaţă* în sens ocult. Aşa cum iubeşti un copil deşi îl ai zilnic în faţa ta şi îl cunoşti cât se poate de bine, aşa iubeşte ocultismul adevărurile şi trebuie să fie zilnic cu ele, să *trăiască* cu ele. De aceea ştiinţa ocultă este diferită de întreaga ştiinţă exterioară învăţată a simplei civilizaţii. Aceasta odată asimilată, ai terminat, ca să zic aşa, cu *înţelegerea* ei. Nu aşa stau lucrurile cu ştiinţa ocultă. O ai mereu în ambianţa ta vie, chiar şi când o cunoşti, aşa cum pe copil îl cuprinzi afectuos chiar când îl cunoşti de mult.

"Prima sală" ne arată că punctul nostru obişnuit de pornire este *neştiinţa*. Iar neştiinţa trebuie să rămână partea noastră dacă ne oprim la ceea ce ne-a revenit, ca să zicem aşa, prin natură. Chiar şi toată ştiinţa exterioară este numai o adunare a ceea ce produce neştiinţa. Câtă vreme nu suntem în clar asupra faptului că în ciuda multei ştiinţe putem totuşi persista în neştiinţă, adevărata înţelepciune şi progresul însuşi sunt pentru noi imposibile. Este important să ne pătrundem în mod viu de atitudinea că trebuie să fim "învăţăcei". La fiecare pas viaţa trebuie să ne fie o şcoală. Atunci trăim viaţa în a *doua sală*. Toate raporturile noastre cu lumea se schimbă sub influenţa unei asemenea atitudini. Avem atunci convingerea că putem învăţa de la *toate* cele ce ni se înfăţişează. Şi devenim elevi ai vieţii unitare care ni se revelează continuu. Şi abia aşa învăţăm să iubim; să iubim Totul. Aşa se topeşte mania izolării surghiunită în sinea *mărginită*; aşa învăţăm: să nu ne oprim la durere şi bucurie ci să ne lăsăm învăţaţi de durere şi bucurie. Aşa ajungem să ne dăm seama că propriul nostru organism este un

organ de cuprindere, pentru întreaga lume. Ne dăm seama că sinea noastră adevărată nu este nicidecum identică cu acest organism; învăţăm să ne considerăm ca instrument prin care lumea acţionează asupra sinei noastre superioare, iar această sine superioară asupra lumii. Şi vom descoperi atunci destul de repede că această sine superioară este un mădular în organismul spiritual general şi încredinţat nouă ca zălog, aşa încât ne putem considera ca *trimişi* ai voinţei universale dumnezeieşti. Ne simţim din ce în ce mai mult ca misionari ai marelui spirit cosmic. Şi când simţim în felul *acesta*, simţim ceva din atmosfera din "*sala învăţăturii*". Atunci însă ne putem ridica şi la sentimentul pe care-l reprezintă cea de a treia sală aceea a "*înţelepciunii*". Trăim legătura cu spiritul universal şi observăm că ştiinţa cea mai înaltă se revarsă în interiorul nostru spre noi. Începem să îndrăznim a ne dărui cu totul acestui flux. Se deschid pentru noi porţile inspiraţiei. Ne vom conduce noi înşine cu adevărat, nu mai suntem conduşi de imboldurile lumii exterioare. În felul acesta ne *naştem din nou*. Căci, precum înainte eram copii ai lumii, acum devenim copii ai spiritului. Spiritul din lăuntru ne indică drumul. Se pogoară asupra noastră o infinită siguranţă şi linişte, nu succesul va decide comportarea noastră, ci numai considerarea a ceea ce este just. Şi acest sentiment de siguranţă interioară ne dă posibilitatea să privim în sala fericirii. Iar aici răsună atunci cele *şapte* voci.

Ca toate adevărurile oculte, aceste şapte voci au şi ele şapte semnificaţii. Şi urcăm tot mai sus spre semnificaţia supremă care, de fapt, nu mai e semnificaţie ci realitate spirituală. Trebuie însă mai întâi să te deschizi *trăind în tine* meditativ următoarele semnificaţii, apoi ţi se relevează şi semnificaţii superioare, iar la urmă realităţi.

Mai întâi prima interpretare (simbolic-alegorică).

1.) Simţind viu şi cufundându-te în această simţire vie, trebuie să-ţi înnoieşti necontenit sentimentul că lumea, aşa cum o vezi *deocamdată*, este exterioară, este o lume aparentă. Trebuie să ne cufundăm în credinţa vie că această lume ne va dezvălui din ce în ce mai mult adevărul şi pe ea însăşi dacă ne vom adânci în noi înşine. Nu ne va fi uşor să ne pătrundem pe dea-ntregul de o asemenea dispoziţie. Căci nu avem voie să uităm că această lume este totuşi a noastră, că suntem chemaţi totuşi să iubim această lume. Dacă ne-ar fi foarte uşor să ne despărţim de felul cum trăim în lume, această despărţire nu ar fi o jertfă. Am căuta atunci un nou fel de viaţă, doar aşa cum alergăm din schimbare în schimbare în viaţa obişnuită. De aceea vocea care ne vorbeşte în acest moment al despărţirii trebuie să fie cântul dulce al privighetorii; trebuie să aibă loc un adevărat rămas bun de la *sentimentele aparente ale vieţii*. Dacă ne putem pătrunde adesea şi îndelung de o asemenea stare sufletească, urcăm din ce în ce mai sus pe treptele desăvârşirii mistice.

Şi putem auzi în lucrurile acestei lumi cea de *a doua voce*. Lumea răsună pentru noi disonant câtă vreme trăim în sentimentele aparente. Judecăm, criticăm deoarece auzim disonanţele de la *suprafaţa* lucrurilor. Dar dacă înăbuşim receptivitatea faţă de disonanţe, înăbuşim şi înclinarea de a judeca, de a critica; şi ne cufundăm în acordul aflat la temelia lucrurilor. Învăţăm să înţelegem chiar şi răul. Învăţăm să ne dăm seama că răul este o forţă care se impune la locul nepotrivit. Dacă ar fi la locul potrivit, ar fi bună. Şi astfel, ceea ce înainte părea ca o disonanţă, la temelia lucrurilor se preface în armonie. Auzind şi înţelegând fără a judeca, fără a critica, face ca din linişte să se ridice spre noi al doilea sunet. Orice ocultist ştie ce infinit ajutor a însemnat pentru el strădania de a înţelege pretutindeni necritic, compătimitor; şi atunci a răsunat pentru el ţambalul de argint, care este doar acoperit de ceea ce un auz exterior culege de la suprafaţa lucrurilor.

"Pătrunde cu auzul tău *în* lăuntrul lucrurilor", aşa ne îndeamnă ocultistul. Dacă compari un lucru cu altul, poţi să-l găseşti pe unul desăvârşit, pe altul nedesăvârşit. Dar nu o asemenea comparaţie îţi va spune ce se află în lucruri, ci *al treilea sunet*, care e ascuns în fiecare lucru, precum sunetul în scoica de mare. Nu vei învăţa să înţelegi urâtul din natură, absurdul din viaţă, stricăciunea din om câtă vreme compari pe unul cu celălalt; ci când vei asculta specificul lăuntric, ascuns, al fiecărui lucru şi fiinţă în sine. Mergi în liniştea unde nu ţi se impune nimic care să te îndemne la comparaţie, şi fii spiritualmente *singur* cu fiecare fiinţă ; atunci "liniştea" îţi va releva sunetul înăbuşit din fiecare lucru şi fiinţă.

Şi după un asemenea exerciţiu se aşează o seriozitate asupra întregii noastre fiinţe şi demnităţi. Învăţăm să înţelegem lumea în seriozitatea şi demnitatea ei. Trebuie să se deştepte în noi ceva care ne face să simţim deplină seriozitate faţă de *toate* lucrurile. E momentul în care ni se revelează cum toate sunt o expresie a unui Tot demn de cea mai înaltă cinstire. Ne obişnuim să ne ridicăm privirea de la lucrul cel mai mic spre infinit, căci nu ne părăseşte gândul nici faţă de lucrul cel mai mic, că e o expresie a vorbirii universului care ni se adresează cu cea mai liniştită gravitate. Acest sentiment, prins în mod viu în meditaţia noastră, dă cel de-al patrulea sunet.

Dar apoi, după ce ne-am pregătit în felul acesta, încep să răsune pentru noi entităţile spirituale din lume; atunci răsună ca trompete, căci ceea ce ne răsună nu mai e doar taina unui lucru separat, ci sunetul Universului însuşi. Dacă lăsăm spiritul lumii să ni se adreseze, el răsună pentru noi din toate lucrurile, dar nu ca tonul izolat al acestor lucruri, ci ca armonie a universului. Acesta e al cincilea sunet.

Şi acest sunet poate să se intensifice. Pătrunde pentru noi de la fiinţă la fiinţă. Ne face vizibile misterele lumii. Dacă am înţeles că totul este revelaţia Spiritului Unic, putem să ne dăruim integral acestei revelaţii. Ne reprezentăm astfel lumea ca pe un sunet spiritual ce pătrunde peste tot şi găseşte peste tot un ecou. Aceasta este a şasea voce.

Trebuie să ajungem la trăirea spirituală, meditativă a reprezentărilor mai sus sugerate. Trebuie să fim liniştiţi cu noi înşine, total liniştiţi şi să aducem în mod viu în faţa noastră imaginile prin care sunt caracterizate sunetele în "Vocea liniştii", aşa încât să le putem asculta în mod imaginativ cu auzul spiritual. Şi totodată trebuie să ne pătrundem de gânduri ca cele care au fost date de mine aici, la exegeza sunetelor. Nu speculativ, ci dintr-o simţire vie. Atunci meditǎm just şi fructuos.

Iar la urmă lăsăm toate revelaţiile celor şase sunete să răsune împreună, într-unul singur. Căci nu trebuie să rămânem la *o singură* relaţie cu lumea, ci să fim universali. Şi cine aude deja vocea a şasea, trebuie să se întoarcă iarăşi la prima, a doua şi aşa mai departe. Numai când iubim particularul la fel ca şi armonia întregului ne apropiem de desăvârşire.

Din: VOCEA LINIŞTII
de H. P. Blavatsky

Această învăţătură este pentru cei ce nu cunosc pericolele pentru om ce se nasc din forţele lui sufleteşti inferioare.

Cel care vrea să audă vocea spiritului [Nota 42] în afara sa, trebuie să înţeleagă mai întâi esenţa propriului spirit.

Când discipolul nu mai consideră lumea percepţiilor ca lucrul principal, trebuie să-l caute pe producătorul acestor percepţii, pe zămislitorul gândurilor, pe cel care face din lumea simţurilor o lume a aparenţei.

Prin adâncirea gânditoare în sine este văzută aparenţa realului în toată nulitatea ei.

Aşa trebuie să îndepărteze discipolul aparenţa de la sine.

Căci:

Când a recunoscut aparenţa ca atribut al realului, va recunoaşte ce este în el însuşi aparenţă, aşa cum recunoşti că visul este vis iar nu realitate, de îndată ce te trezeşti, când nu mai percepe multiplele fiinţe ale aparenţei ca atare, privirea sa va fi îndreptată asupra *unicului* adevărat.

Numai atunci, abia atunci, simţirea sa se va închide împărăţiei falsului şi se va deschide împărăţiei adevărului.

Înainte ca sufletul să poată vedea, trebuie să fi dobândit pacea interioară, iar ochii trupeşti să fi tăcut exprimările lor.

Înainte ca sufletul să poată auzi, imaginea aparentă a omului trebuie să fi devenit surdă pentru ceea ce e zgomotos şi pentru ceea ce e abia perceptibil, pentru urletul strident al câinilor, ca şi pentru bâzâitul muştei.

Înainte ca sufletul să poată vedea spiritul şi să-şi amintească faptele sale, trebuie să fie unit cu ceea ce vorbeşte spiritual şi tace senzorial, aşa cum argila olarului trebuie să lase de o parte forţele naturii sale proprii şi să se unească cu spiritul olarului, dacă vrea să devină vas. Atunci sufletul va auzi şi va înţelege:

Vocea liniştii

şi va zice:

Dacă sufletul tău zâmbeşte în timp ce se mişcă în lumina solară a vieţii, ❙ dacă sufletul tău cântă în casa lui de carne şi materie ❙ dacă sufletul tău plânge în învelişul lui de aparenţă ❙ dacă sufletul tău a rupt firul de argint care-l leagă de spiritul creator, atunci, o învăţăcelule, el aparţine pământului.

Dacă sufletul tău ascultă zgomotul zilei, ❙ dacă sufletul tău se umple cu tumultul marii lumi a aparenţei, ❙ dacă sufletul tău, la strigătul durerii, se refugiază în sine asemenea broaştei ţestoase, care se sustrage cu teamă impresiilor din afară, atunci sufletul tău este o casă nevrednică de spirit.

Dacă însă, devenit mai puternic, sufletul tău se smulge învelişului material şi, părăsindu-l, formează mai departe firul de argint, dar leagă numai sinea sa, numai propria-i aparenţă de acesta, a fost înlănţuit în cea mai rea aparenţă.

Lumea materială, o, învăţăcelule, este locul ademenirii; ea te duce pe un drum de grele încercări; te amăgeşte cu credinţa că eul tău aparent ar fi eul tău real.

Această lume materială, o învăţăcelule, este numai o intrare spre lumină, o pregătire pentru locul adevăratei lumini, al acelei lumini, a cărei aparenţă nici o furtună n-o stinge şi care luminează fără fitil şi ulei.

Vocea înaltă a spiritului spune:

Vrei să vezi cum străluceşte sinea lumii: trebuie să vezi mai întâi lumina pâlpâindă, arzătoare a propriei tale sine. Ca să dobândeşti această cunoaştere trebuie să priveşti sinea aparent ca non-sine; atunci vei putea să te odihneşti în braţele fiinţei universale. În aceste braţe te aşteaptă o lumină care nu îşi aruncă razele sale asupra naşterii şi morţii, ci asupra a ceea ce trăieşte în veşnicii: *Aum*.

Predă-te în braţele fiinţei universale, dacă vrei să devii cunoscător.

Mori şi renaşte.

Trei săli, o, călătorule oprimat de aparenţe, te duc la capătul oprimării tale. Trei săli, o, biruitor al lumii aparenţelor, te vor ridica prin trei stări într-o a patra, iar apoi în cele şapte lumi, în lăcaşul veşnic al fericirii divine.

Dacă vrei să le ştii numele, atunci ţine minte:

Numele primei săli e *neştiinţa*.

E sala în care te-ai născut, în care trăieşti şi vei muri.

Numele celei de-a doua e *învăţătura*. În ea, sufletul tău va face cunoştinţă cu florile vieţii; dar în fiecare floare pândeşte un şarpe al ispitei.

Numele celei de-a treia săli este *înţelepciunea*; în spatele ei se întinde viaţa fără hotar a spiritului universal, a izvorului atotştiinţei.

Dacă vrei să străbaţi în siguranţă prima sală, nu-ţi lăsa sufletul înşelat, ca să-ţi faci din focul voluptăţii şi poftei ce arde în el lumina soarelui vieţii tale.

Dacă vrei să străbaţi în siguranţă cea de-a doua sală, nu te opri să respiri miresmele egoismului. Dacă vrei să fi liber de lanţurile care te leagă de lume, nu-ţi căuta conducător în lumea de aparenţe a sinei inferioare.

Înţelepţii se sustrag tentaţiilor lumii senzoriale.

Înţelepţii nu ascultă glasurile ispititoare ale lumii aparenţelor.

Numai dacă îţi cauţi renaşterea în sala înţelepciunii, găseşti lumina pe care nici o umbră n-o întunecă şi care luminează prin veşnicii cu o forţă care nu slăbeşte niciodată.

Caută ceea ce trăieşte necreat în tine; o vei găsi în această sală. Dacă vrei s-o vezi în lumina cea adevărată şi să devii una cu ea, trebuie să străvezi amăgirea aparenţei. Înăbuşe cele ce-ţi spun simţurile care locuiesc în carne, nu tolera ca vreo imagine pe care ţi-o formează simţurile să se interpună între tine şi această lumină; numai atunci poţi deveni una cu ea.

Şi când ai recunoscut amăgirea privirii tale senzoriale, du-te acolo unde doar se învaţă. Sala învăţăturii este plină de pericole, în frumuseţea ei amăgitoare; acela e locul încercării tale.

Fereşte-te ❙ în timp ce zăboveşti şovăitor în lumea eului aparent şi amăgitor ❙ să nu fi reţinut în această orbire.

Această lumină a eului-amăgitor străluceşte din fiinţa ispititorului. El te ţine captiv în lumea senzorială; îţi înşeală intelectul făcându-l să ia amăgirea senzorială drept adevăr, şi cel ispitit este azvârlit fără sine în amăgire.

Fluturele este atras de flacăra strălucitoare a lămpii tale de noapte şi moare lângă uleiul impur. Sufletul ademenit, pe care l-a înghiţit aparenţa, trebuie să se întoarcă la materie, pe care marele ispititor o schimbă din amăgire în adevăr.

Priveşte la mulţimea de suflete. Cunoaşte cum planează deasupra mării furtunoase a valurilor vieţii umane şi cum căzute pradă aparenţei, orbite de lumină, lipsite de forţă se cufundă, unul după altul, în valurile furtunoase. Azvârlite încoace şi încolo de vânturile creatoare de simţuri, mişcate de furtunile râvnitoare ale pornirilor sălbatice, aceste suflete cad în valurile ireale şi sunt înghiţite de vâltorile deşertăciunilor.

Dacă vrei să treci prin sala înţelepciunii în valea fericirii, o discipole, închide-ţi simţurile care-ţi prezintă aparenţa amăgitoare a multor lucruri şi te izolează de lucrurile în care spiritul universal sălăşluieşte ca în tine însuţi şi, în această izolare a ta îţi răpesc liniştea.

Nu lăsa ce e din cer născut în tine să se scufunde în valurile aparenţei şi să se întoarcă de la străbunii săi veşnici, ci lasă forţa arzătoare să se potolească intrând în cămara cea mai intimă, cămara inimii, sălaşul mamei universale.

Atunci va veni din întreg acea forţă în cea de-a şasea împărăţie, cea de mijloc, în spaţiul dintre ochii tăi. Atunci va începe să curgă acolo forţa sufletului universal, vocea care răsună în întregul univers, vocea Spiritului Creator.

Atunci vei putea deveni unul care alunecă peste valurile lumii senzoriale şi ale cărui tălpi nu sunt udate de apele aparenţei.

Înainte de a-ţi putea pune piciorul pe treptele cele mai de sus, pe scara sunetelor mistice, trebuie să auzi răsunând *înşeptita* voce a Dumnezeului lăuntric.

Prima voce răsună ca un cântec dulce de privighetoare; ea cântă un blând cântec de adio însoţitorilor din lumea aparenţelor a existenţei tale de până acum.

A doua voce vorbeşte, aidoma unui cinel de argint, despre armoniile entităţilor care conduc lumea.

A treia este un cântec melodios de jale, înăbuşit, ca sunetul captiv în scoica de mare.

Ca un sunet puternic, serios şi demn răsună cea de a patra voce.

A cincea se aude ca sunetul fluierelor din trestie de bambus, şi se ridică până la intensitatea sunetului de trompetă.

Ca un sunet de tunet într-un defileu stâncos te ia cu asalt a şasea voce.

În sunetul al şaptelea toate celelalte se sting. Ele s-au scurs imperceptibil în fiinţa lui.

Când cele şase voci au murit şi s-au aruncat la picioarele maestrului, abia atunci a devenit discipolul una cu *Cel Unic*; el trăieşte în acesta şi acesta trăieşte în el.

Înainte de putea păşi pe acest drum, trebuie să stingi tot jăraticul pornirilor tale; gândurile râvnitoare trebuie să le cureţi iar inima să ţi-o cufunzi în castitate.

Undele pure ale vieţii veşnice, transparente precum cristalul, nu suferă nici un amestec cu valurile senzoriale tulburi ale lumii inferioare.

Roua cerului din sânul florii de lotus, strălucind primar în prima rază a soarelui de dimineaţă, devine şi ea, după ce a căzut pe pământ, o părticică din pulberea pământului; nobila perlă a ajuns o picătură murdară.

Stinge gândurile grele de dorinţă pentru ca nu cumva să sucombi sub presiunea dorinţelor din gândurile tale. Comportă-te cu ele fără dorinţă; dacă, în loc să le stingi le laşi să ardă, află că ele te vor aprinde pe tine însuţi întru râvnire şi-ţi vor ucide eul. Nu lăsa nici oglindirea gândurilor încărcate cu râvniri să se apropie de tine. Căci aceste umbre vor creşte; câştigând amploare şi forţă, vor prinde fiinţa ta în plasa lor, înainte ca tu să fi căpătat deplina conştienţă a odioasei lor prezenţe.

Înainte ca forţa mistică să-l poată trezi pe Dumnezeu în tine, trebuie să fi fost în stare să stingi în tine focul poftei.

Sinea materiei şi sinea spiritului nu se pot întâlni niciodată. Dacă una dintre ele trebuie să strălucească în tine, celălaltă trebuie să stea în întuneric; n-ai loc pentru amândouă.

Înainte ca forţa spiritului să poată percepe lumina interioară, iluzia personalităţii trebuie extirpată, iar viermele aparenţei senzoriale pentru totdeauna ucis.

Până ce nu te jertfeşti pentru cărare, nu poţi să mergi pe cărare.

Aşa cum caliciul lotusului îşi deschide inima soarelui strălucitor de dimineaţă, aşa să-ţi fie şi ţie deschis sufletul când spiritul universal te cheamă din creatura care suferă.

Nu lăsa nici o lacrimă să fie uscată de căldura soarelui, înainte ca tu s-o fi luat de la creatura care suferă.

Lasă suferinţele fiinţelor să intre în inima ta şi dă-le un loc de linişte; nu stinge în inima ta nici o compasiune, până ce nu s-a stins durerea care a născut-o.

Aceste lacrimi, o tu, a cărui inimă e plină de abnegaţie, sunt valurile care trăiesc iubirea veşnică. Din acest sol creşte floarea de miez de noapte a iubirii veşnice, mai greu de găsit şi mai rar de văzut decât floarea arborelui yoga. Dacă ai găsit-o, ai câştigat privirea în împărăţia ce nu este prinsă în lucirea aparenţei.

Ea îl eliberează pe vizionarul care iubeşte mistic, de lupta cu simţurile şi de plăcerea simţurilor; ea îl trage în sus peste câmpurile slabei existenţe omeneşti spre lăcaşurile păcii, unde înfloreşte altruismul cu putere dumnezeiască.

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

VI
EXEGEZE

Exegeză la "Lumina pe cale"
de Mabel Collins [Nota 38]

Explicaţiile de mai jos ale lui Rudolf Steiner se referă la primele fraze din "Lumina pe cale":

"Aceste învăţături au fost scrise pentru oricine caută adevărul.
Ţine seama de ele!
Înainte ca ochiul să poată vedea, trebuie să se fi dezobişnuit să plângă.
Înainte ca urechea să poată auzi, trebuie să-i dispară impresionabilitatea.
Înainte ca vocea să poată vorbi în faţa Maeştrilor, trebuie să se dezobişnuiască de a jigni.
Şi înainte ca sufletul să poată sta în faţa lor, sângele inimii lor trebuie să stropească picioarele."

Ceea ce intelectul (Kama Manas), orientat spre cele mărginite numeşte adevăr, este numai o subspecie a ceea ce discipolul esoteric "*caută* ca adevăr". Căci adevărul intelectului se referă la ceea ce *a devenit*, la ceea ce e *evident*. Iar evidentul e doar o parte a existenţei. Fiecare lucru al lumii noastre înconjurătoare este în acelaşi timp, produs, creatură (adică ceva devenit, evident) şi *germene* (invizibil, în devenire). Şi abia când examinezi un lucru sub ambele aspecte (de lucru devenit şi de lucru în devenire), îţi dai seama că este expresia *unei singure vieţi*, a vieţii care are timpul nu în afara ei, ci în ea. Tot aşa şi adevărul limitat este doar ceva *devenit*; el trebuie să fie însufleţit printr-un adevăr *în devenire*. Pe primul îl *înţelegi*, pe al doilea "îl iei în seamă". Toate adevărurile pur ştiinţifice aparţin primului gen. "Lumina pe cale" *nu este* scrisă pentru cel care caută *numai* asemenea adevăruri. Este scrisă pentru cei ce caută *acel* adevăr care este azi germene ca să devină mâine produs; şi pentru cei care nu cuprind lucrul devenit, ci *iau în seamă* lucrul în devenire. Dacă vrea cineva să înţeleagă învăţăturile din "Lumina pe cale", trebuie să le nască în sine şi să le iubească precum ceva din afara sa, aşa cum mama naşte copilul propriu şi-l iubeşte ca pe ceva exterior ei.

Primele patru învăţături deschid poarta de intrare în esoterism, dacă sunt înţelese. ❙ Cu ce întâmpină omul obiectele cunoaşterii sale? Cine se cercetează mereu va descoperi că bucuria şi durerea sunt răspunsul său la impresiile lumii sensibile şi suprasensibile. Ne lăsăm uşor cuprinşi de convingerea că am lepădat plăcerea şi neplăcerea. Trebuie însă să cobori în cele mai ascunse unghere ale sufletului şi să scoţi de acolo *plăcerea ta*, *neplăcerea ta*; căci cunoaşterea este posibilă numai dacă toate plăcerile şi neplăcerile de acest fel sunt consumate de fericirea sinei superioare. Unii gândesc: pe calea aceasta vom deveni oameni reci şi seci. Dar nu e cazul. O bucată de aur rămâne aceeaşi bucată de aur ❙ ca greutate şi culoare ❙, chiar când e transformată în bijuterie. Tot aşa şi Kama rămâne ceea ce este ❙ ca conţinut şi intensitate ❙, chiar şi când e modelată spiritual. Forţa Kamei nu trebuie extirpată, ci integrată conţinutului *focului divin*. De aceea delicata sensibilitate a ochiului nu trebuie să se reverse în lacrimi, ci să aurească impresiile primite. Resoarbe fiecare lacrimă şi împrumută strălucirea perlată pe care o are, razei ce pătrunde în ochi. Forţe irosite sunt plăcerea *ta* şi durerea *ta*; irosite pentru cunoaştere. Căci forţa care se scurge în această plăcere şi în această durere trebuie să pătrundă în obiectul cunoaşterii.

"*Înainte ca ochiul să poată vedea, trebuie să se dezobişnuiască să plângă*".

Cine îl mai detestă pe răufăcător în sensul obişnuit şi cine îl mai adoră pe sfânt în acest sens obişnuit, acela nu şi-a dezobişnuit ochiul de lacrimi. Arde-ţi toate lacrimile în voinţa de a ajuta. Nu plânge asupra celui oropsit, *dă-ţi seama* de situaţia lui şi ajută-l! Nu murmura în legătură cu cele rele; înţelege-le şi transformă-le în bune. Lacrimile tale nu fac decât să tulbure limpezimea pură a luminii. *Simţi* cu atât mai delicat cu cât eşti mai puţin *impresionabil*. Sunetul devine clar pentru ureche când această claritate nu este tulburată de entuziasmul, de simpatia care-l întâmpină la intrarea în ureche.

"*Înainte ca urechea să poată auzi trebuie să-i dispară impresionabilitatea*".

Altfel spus, aceasta înseamnă: lasă bătăile de inimă ale celuilalt să răsune în tine şi nu le tulbura prin pulsaţiile propriei tale inimi. Urechea trebuie s-o deschizi şi nu terminaţiile nervoase. Căci terminaţiile nervoase îţi vor spune dacă un sunet îţi este *plăcut* sau nu; dar urechea ta deschisă îţi va spune *cum* este sunetul însuşi. Când mergi la un bolnav lasă fiecare fibră a trupului *său* să-ţi vorbească, şi nimiceşte impresia pe care ţi-o face.

Şi cuprinzând primele două propoziţii: întoarce-ţi voinţa; las-o să devină cât se poate de puternică, dar nu-i îngădui să se reverse în lucruri ca *a ta*, ci informează-te mai întâi asupra esenţei lucrurilor şi dă-le apoi voinţa ta; fă ca atât tu cât şi voinţa ta să vă revărsaţi din lucruri. Intensitatea luminoasă a ochilor tăi să curgă din fiecare floare, din fiecare stea, dar ţie cu lacrimile tale pune-ţi frâu.

Dăruieşte cuvintele tale lucrurilor care sunt mute, pentru ca ele să vorbească prin tine. Căci aceste lucruri mute nu sunt o invitaţie pentru plăcerea ta, ci o invitaţie pentru acţiunea ta. Ele ţi se înfăţişează nu ca ceva ce a ajuns *devenit* fără tine, ci ca ceva ce trebuie să devină prin tine.

Şi atâta vreme cât impui dorinţa ta unui lucru, fără ca această dorinţă a ta să se fi născut din lucrul însuşi, răneşti acest lucru. Dar cât timp

mai răneşti pe cineva, nici un maestru nu te poate asculta. Căci maestrul îi ascultă numai pe aceia care au nevoie de el. Şi nu are nevoie de maestru cel ce intră cu forţa în lucruri. Sinea inferioară a omului este ca un ac ascuţit care vrea să se vâre pretutindeni. Câtă vreme vrea asta, nici un maestru nu va voi să îi asculte vocea.

"*Înainte ca vocea să poată vorbi în faţa maeştrilor, trebuie să se dezobişnuiască de a răni.*"

Câtă vreme acele ascuţite ale lui "*eu vreau*" mai ies la iveală din cuvintele omului, aceste cuvinte continuă să fie trimişi ai sinei sale inferioare. Când acele au fost îndepărtate iar vocea a devenit dulce şi mlădioasă încât se aşează ca un voal peste misterele tuturor lucrurilor, atunci se ţese pe sine însuşi ca veştmânt spiritual (Majavirupa), în care se îmbracă sunetul delicat al Maestrului. Cu fiecare gând pe care omul îl dedică adevărului interior al lucrurilor în înţelesul autentic al cuvântului el ţese un fir pentru veşmântul în care să se poată îmbrăca Maestrul care îi apare. Cine se face el însuşi mesager al lumii, organ prin care vorbesc adâncurile enigmelor universale, acela îşi "revarsă viaţa sufletului său în lume", sângele inimii sale îi udă picioarele pentru ca ele să-l ducă grabnic acolo unde trebuie acţionat. Şi când *sufletul* se află acolo unde eul inferior *nu este*, şi când nu se află acolo unde omul *stă* bucurându-se, ci acolo unde l-au dus picioarele lui *active*, atunci apare şi aici Maestrul.

"*Şi înainte ca sufletul să poată sta în faţa lor, sângele inimii lor trebuie să le stropească picioarele.*"

Cine *rămâne pe loc* în sinea sa, nu poate găsi maestrul; cine vrea să-l găsească, trebuie să lase puterea sufletului său sângele inimii sale să curgă în acţiunea sa, în picioarele sale active.

Acesta este *primul* sens al celor patru învăţături fundamentale. Celui care cu trăieşte acest sens, îi poate fi dezvăluit şi al doilea, şi apoi şi celelalte. Căci aceste învăţături sunt adevăruri oculte, şi fiecare adevăr ocult are cel puţin şapte sensuri.

A doua parte a exegezei se referă la tezele 17 şi 18 din capitolul al II-lea:

> 17. "Întreabă lăuntrul cel mai intim, pe Unicul, despre ultimul din misterele sale, care te înconjoară de milenii.
> Lupta cea mare şi grea, biruirea dorinţelor propriului tău suflet, este o muncă de milenii. De aceea nu aştepta preţul victoriei înainte de a mai fi adunat experienţa mileniilor. Vine apoi timpul ca această ultimă învăţătură să se prefacă în adevăr: omul păşeşte atunci peste pragul care-l ridică deasupra umanităţii".

Capitolul II. Nr. 17. În aceste ultime paragrafe din capitolul al II-lea din "Lumina pe cale" este cuprinsă o înţelepciune de cea mai profundă calitate. În Nr. 17 este conţinut îndemnul de a întreba "lăuntrul cel mai intim", "Unicul", despre "ultimul din tainele sale". Cine luminează adâncurile acestui " cel mai intim lăuntru", găseşte într-adevăr rezultatele unor "milenii". Căci ceea ce este omul azi, a devenit de-a lungul multor milenii. Lăuntrul cel mai intim a trecut prin lumi, iar fructele pe care le-a adus cu el din aceste lumi stau ascunse în sânul său. Faptul că lăuntrul cel mai intim al nostru este azi aşa cum este, îl datorează împrejurării că nenumărate acţiuni plăsmuitoare au concurat la constituirea sa, că a străbătut multe domenii şi că din aceste domenii şi-a format mereu şi mereu organe. Prin aceste organe a intrat el în relaţie cu lumile care atunci l-au înconjurat. Iar cele dobândite de el prin această relaţie le-a luat dincolo, în noile lumi, pentru ca înzestrat cu cuceririle dinainte, să aibă, pe noile trepte, trăiri tot mai bogate. Iar astăzi utilizăm sâmburele fiinţial astfel diferenţiat al lăuntrului nostru cel mai intim, pentru a avea o sumă de trăiri pe "planeta" pe care o numim "Pământ".

Toate evenimentele de pe "planeta Lună" şi cele de dinainte se află în lăuntrul nostru cel mai intim. Se aflau deja în el, când acesta, trecând printr-o Pralaya evoluă la stadiul "Pământ". Aceste evenimente trăiau în natura Pitri a acestui lăuntru, precum în sămânţa de crin se află latent întregul crin. Această sămânţă de crin este bineînţeles ceva vizibil cu ochii fizici. "Sămânţa Pitri", care a trecut de pe "Lună" pe "Pământ" prin somn, era însă întrupată în materie de cea mai înaltă speţă, perceptibilă numai "ochiului deschis pentru Dangma". Dar după cum sămânţa de crin, dacă este sădită în pământ potrivit, rânduieşte substanţele din pământ, apă, aer, în aşa fel încât se formează un nou crin, tot astfel "sămânţa Pitri" rânduieşte, de-a lungul ciclurilor sale prin existenţa pământească substanţele în aşa fel încât, în decursul acelor cicluri, să se ivească tot mai mult "omul" deplin care, după încheierea acelei de-a şasea şi la începutul celei de-a şaptea ere pământeşti, va putea într-adevăr să fie numit "chip al lui Dumnezeu". Până la mijlocul celei de-a patra ere, până la sfârşitul timpului lemurian, sămânţa omenească Pitri îşi împarte munca asupra propriului ei organism cu "formatori" de rang absolut şi superior; din acest moment însă, tot mai mult trebuie ca însuşi "lăuntrul cel mai intim" al omului să ia asupră-şi această muncă. În legătură cu ea, K. H. spune următoarele: Tot ce ai "tu" de făcut este să devii "pe deplin om". Fiindcă, să ştii: doar după natura ta fizică eşti acum aproape om. Căci şi după natura ta fizică vei fi pe deplin om de abia la sfârşitul celei de-a patra ere. Încă neorganizate, încă haotice sunt însă trupul tău astral, trupul tău mental şi trupul Eului (Manas superior). Tot aşa de desăvârşite precum trupul tău fizic, după a patra eră, trebuie să fie trupul tău astral, după a cincea, trupul tău mental după a şasea, şi trupul tău arupic (mental superior) după a şaptea eră, când îţi vei fi atins menirea, la sfârşitul ciclurilor pământeşti. Şi numai atunci *când* ai atins această menire, poţi trece pe pl aneta următoare ca un Pitri terestru normal.

Dar cei care vor să meargă pe cărarea ocultă trebuie să lucreze conştient din ce în ce mai mult la această întreită organizare a trupurilor lor superioare din "lăuntrul cel mai intim". Acesta este sensul meditării.

Îţi (constitui) organizezi *trupul astral* prin ridicarea la Sinea superioară şi prin autoexaminare. După cum forţele din afara omului au lucrat în erele trecute pentru a construi organele trupului fizic de azi, tot aşa sinea superioară a omului lăuntric lucrează la trupul astral, pentru ca acesta să devină un "chip al Divinităţii" sau "om deplin". Atunci va fi el apt să trăiască prin organele *sale* misterele lumilor superioare aşa cum trăieşte trupul fizic, prin organele *sale* de simţ, misterele lumii fizic-minerale. Ne examinăm seara în legătură cu cele trăite în timpul zilei. Prin formula cunoscută ne ridicăm la "Sinea superioară". Prin ambele activităţi lucrăm la organizarea, la construirea corpului nostru astral. Doar aşa facem din el un organism astral, un corp cu organe, în timp ce înainte era numai un fel de purtător. "Formula" aceasta este următoarea:

> "Mai strălucitoare decât Soarele, [Nota 39]
> Mai curată decât zăpada,
> Mai subtilă decât eterul,
> Este Sinea,
> Spiritul din inima mea.
> Această Sine sunt eu,
> Eu sunt această Sine."
>
> "Strahlender als die Sonne,
> Reiner als der Schnee,

Feiner als der Äther,
Ist das Selbst,
Der Geist, inmitten meines Herzens.
Ich bin dises Selbst.
Dieses Selbst bin Ich."

Prin aceasta, firește, se deschide privirea asupra ceea ce mai departe, în paragraful 17, se numește "muncă de milenii". După cum milenii au fost necesare până ce a fost realizată asemănarea exterioară fizică, tot așa va fi necesară o muncă de milenii până ce se va obține această asemănare pentru corpurile superioare. Abia atunci va sta omul pe "pragul care-l ridică dincolo de umanitate". Iar în a șaptea eră el trebuie să ajungă tot așa la acest prag, cum la sfârșitul epocii lunare a trebuit să se afle pe pragul care l-a ridicat deasupra calității lunare Pitri.

Prin meditarea mentală asupra unei fraze din scrierile inspirate, meditatorul își organizează trupul mental. Când își ia asemenea fraze pentru meditație din Bhagavad Gita, sau din alte scrieri pe care literatura teosofică i le pune la îndemână, atunci lucrează la organizarea acestui trup mental al său. Trebuie mereu subliniat că în această meditație se cere mult mai puțin să prelucrezi în mod rațional fraza *acest* lucru trebuie făcut separat în afara meditației propriu zise, cât să *trăiești* cu ea în orizontul pe deplin liber al conștienței. Ea trebuie să ne spună ce are de spus. Noi să fim cei care primesc de la ea. Dacă este o frază inspirată, începe să trăiască în conștiența noastră, să curgă din ea viață, devine în noi plenitudine, își dezvăluie un conținut pe care înainte nu-l bănuiai. Cât timp speculăm asupra ei, tot nu putem pune în ea decât ceea ce este deja în noi. Așa însă nu putem înainta.

Organizarea trupului eului depinde de latura devoțională a meditației noastre. Cu cât obținem mai mult prin această devoțiune, cu cât e ea mai profundă, mai gravă, cu atât vom deveni mai asemănători cu entitatea care trebuie să fim când plecăm din viața noastră planetară în vederea misiunilor care ne vor fi încredințate într-o existență ulterioară.

> 18. "Știința pe care acum o numești a ta proprie, este proprietatea ta numai deoarece sufletul tău s-a topit în Unic împreună cu toate sufletele și a devenit una cu lăuntrul cel mai intim. Este o comoară încredințată ție de sferele cele mai înalte. Dacă însă înșeli această încredere, dacă folosești rău știința ta, dacă o lași să dormiteze atunci când ar trebui s-o folosești, este cu totul posibil să cazi și de pe înălțimea pe care ai cucerit-o. Unii venerabili, chiar pe prag, dau înapoi, incapabili de a purta răspunderea și de a se avânta mai sus. De aceea gândește-te mereu cu teamă sfântă și cutremurare la acest moment și pregătește-te dinainte pentru luptă".

Nr. 18. Trebuie să trăim sentimentul că suntem una cu tot ce trăiește. Trebuie să ne fie limpede că ceea ce numim unicitatea noastră nu are viață *atunci când* vrea să fie o unicitate. Ea are atunci tot atât de puțină viață pe cât ar avea degetul nostru cel mic dacă ar fi rupt de organism. Și ceea ce ar fi pentru degetul mic al nostru amputarea fizic senzorială, ar fi pentru ființa noastră unică o știință care ar vrea să se refere numai la această singularitate. Noi am fost *una* când, înlăuntrul unei atotdumnezeiești existențe, am trecut pe planeta care era a treia înaintea Pământului; eram înlăuntrul existenței atotdumnezeiești și totuși o singularitate, așa cum într-o simfonie fiecare ton este o singularitate și totuși una cu întreaga simfonie. Și ceea ce suntem chemați să numim singularitatea noastră, trebuie să lase să acționeze asupra ei ceea ce întâlnește în cele 343 de lumi prin care trece (șapte planete, șapte ere pe fiecare planetă, șapte așa zise globuri la fiecare eră =7x7x7 metamorfoze =343).

Ceea ce suntem în stare să trăim aici este pus în noi ca *predispoziție* de la *început*. Și aceasta este comoara "încredințată ție de sferele cele mai înalte". Iar această comoară ce ne-a fost încredințată trebuie s-o punem în armonie cu simfonia planetară. O trăire se va oferi iarăși și iarăși celui care înțelege pe deplin *aceste* lucruri. Orice adâncire în interiorul nostru rămâne nefructuoasă, goală, dacă vrem s-o avem doar pentru noi înșine. A tinde spre desăvârșirea *noastră*, înseamnă totuși să ne lăsăm pradă doar unui egoism superior. Știința noastră trebuie să curgă neîncetat din noi. Să nu se înțeleagă că trebuie neapărat să-i învățăm mereu pe ceilalți. Acest lucru trebuie să-l facă fiecare om cum poate și când poate. Dar cel mai mic amănunt din viața cotidiană poate deveni un rezultat viu al științei altruist câștigate. Și când am ajuns *aici*, să trăim sentimentul că întreaga viață este una, că toate separatismele nu-și au baza decât în maya: atunci vom câștiga adâncirea noastră în interior împreună cu sentimentul viu că eul nostru trebuie să iradieze în această viață trăită de toate într-unul. Atunci însă adâncirea noastră va fi totdeauna răsplătită prin rodnicie. Atunci suntem siguri că nu putem cădea. Cine caută să obțină știința numai pentru a ști, numai de dragul propriei sale desăvârșiri, numai pentru a ajunge mai departe pe scara existenței, acela poate încă să cadă, chiar dacă el se va fi ridicat foarte sus. Și înainte de toate trebuie să fim conștienți de "responsabilitatea" ce ne-o asumăm prin dobândirea cunoașterii superioare. Posibilitatea de dezvoltare pe drumul evolutiv i-a fost dată omenirii numai într-o anumită măsură. De aceea, dacă ne facem mai desăvârșiți, dacă ne însușim o parte a desăvârșirii mai curând decât ar fi posibil într-o progresie normală, *luăm* așadar din măsura colectivă a umanității ceva pentru noi. Facem talerul balanței să coboare de partea noastră; de partea cealaltă cântarul se va ridica. Numai *dând* într-un anume fel putem compensa ceea ce *am luat*. Dar de aceea nici nu trebuie să credem că ar fi mai bine să nu luăm. A te feri să iei pentru ca să fi scutit de datoria de a da, tot egoism înseamnă.

A nu lua și a nu da, înseamnă *moarte*; însă noi trebuie să-i *slujim vieții*. Trebuie să obținem posibilitatea de a da; de aceea trebuie să ne încărcăm cu răspunderea luării. Să fim doar conștienți în fiecare clipă de această răspundere. Să ne gândim neîncetat la felul cum putem da cel mai bine, dacă am luat.

Asta duce la o "luptă", la o luptă serioasă, sfântă. Dar *această* luptă trebuie să fie. Nu *ne este îngăduit* să ne ferim de ea. Să ne pregătim necontenit pentru această luptă. Îndeosebi înalta importanță a *acestei lupte* a fost și este înfățișată discipolilor tuturor școlilor inițiatice. Ei sunt îndemnați să se umple, să se pătrundă de conștienta acestei lupte. Dacă lăuntrul nostru cel mai intim respiră viața acestei lupte ca dispoziție fundamentală a sufletului, în acest lăuntru prinde contur văzul interior și auzul interior. Iar dacă izbutim să rămânem liniștiți, cu *totul liniștiți* pe acest câmp de luptă, încep să fulgere pe cerul nostru astral și mental mistere superioare. Atunci apar în noi simboluri de sentimente, gânduri, care ne semnalizează realități sesizabile spiritual; și din ceața acestor realități sesizabile spiritual răsună vocea maestrului, se conturează figura maestrului. Începe pentru noi *comunicarea* superioară. Începem să nu mai fim doar co-actori în lume, devenind pentru ea vestitori (Angelos).

Ceea ce a fost expus aici ca exegeză la Nr. 18 este realitate frază cu frază, realitate superioară care trebuie trăită. Iar cine se pătrunde de înțelesul acestei fraze în acest fel, devine un cetățean al lumilor superioare.

Meditație în legătură cu "Lumina pe cale" [Nota 40]

Dimineața:

1. AUM

2. Ridicarea la sinea superioară prin formula:

"Mai strălucitoare decât Soarele,
Mai curată decât zăpada,
Mai subtilă decât eterul
Este Sinea,
Spiritul din inima mea.
Eu sunt această Sine. Această Sine sunt eu."

3. Meditaţie contemplativă la "Lumina pe cale"
a) 14 zile: "Înainte ca ochiul..."
b) 14 zile: "Înainte ca urechea..."
c) 14 zile: "Înainte ca vocea..."
d) 14 zile: "Înainte ca sufletul..."

4. Dăruire devoţională unui ideal absolut demn de veneraţie.

Seara:

Privire retrospectivă. A se începe cu ultimele trăiri şi acţiuni ale serii, continuând şirul lor invers până dimineaţa.

Exegeză la "Vocea liniştii" de H. P. Blavatsky [Nota 41]

Unui discipol care venea din vechea Societate Teosofică, Rudolf Steiner i-a indicat ca subiect de meditaţie mica scriere a Elenei Petrovna Blavatsky. "Vocea liniştii" (comp. pag. 151 ş.u.)

"...aşa încât în primele 14 zile, primele două fraze ale scrierii să se afle în orizontul conştienţei. Le am în vedere (omiţând fraza de la început) pe următoarele :

> Cine vrea să înţeleagă vocea spiritului din afara sa, trebuie să trăiască mai întâi esenţa propriului său spirit.
>
> Când căutătorul nu vrea să mai audă numai lumea simţurilor, trebuie să îl caute pe acela care produce această lume, trebuie să trăiască în gânduri care fac din lumea simţurilor o lume a aparenţei.

Nu trebuie să faci speculaţii asupra acestor fraze ci să trăieşti în ele câteva minute. Pentru aceasta trebuie să-ţi fi însuşit în prealabil conţinutul lor într-un asemenea grad, încât să-l poţi cuprinde într-o singură privire spirituală, să-l aşezi spiritual în faţa ta şi, fără să-l scormoneşti raţional, dăruindu-i-te, să-l laşi să acţioneze asupra ta. Căci meditaţia devine rodnică numai prin aceea că laşi gândurile de meditat să se reverse în deplină linişte asupra ta... "

(Scrisoare din 14 aprilie 1904)

"...Vă rog acum ca şi în următoarele săptămâni să meditaţi fragmente din "Vocea liniştii" care preced cele şapte voci. Voi da o interpretare a acestor şapte voci în următoarele zile şi atunci veţi căpăta un prim exemplar al interpretării."

(Scrisoare din 14 mai 1904)

"... Starea de spirit cea potrivită este răbdarea... Dispoziţia aşteptării ne accelerează paşii.

Sunteţi de părere că este inutil să repetaţi în meditaţie cuvintele care sunt de la sine înţelese. Nu e însă aşa. Ar fi inutil, dacă ar fi vorba de ştiinţă. Dar ceea ce e important în cazul de faţă, este să trăieşti *prin tine însuţi* ceea ce trebuie să fii şi ceea ce trebuie să faci din proprie iniţiativă din tine. Veţi afla mai îndeaproape despre acestea din adaosurile pe care vi le-am promis la "Vocea liniştii" şi pe care vi le anexez astăzi".

(Scrisoare din 11 august 1904)

"Adaosurile" ce urmează se referă la începutul scrierii "Vocii liniştii" de H. P. Blavatsky, într-o traducere folosită de Rudolf Steiner şi reprodusă de el în anexa la exegeză, traducere scrisă de o mână necunoscută, care însoţeşte manuscrisul exegezei lui Rudolf Steiner. Această traducere diferă mult de cea a lui Franz Hartmann, Editura Lotus, Leipzig (fără an). Se poate presupune că traducerea utilizată a apărut în legătură cu Rudolf Steiner.

În prima frază a "Vocii liniştii" se vorbeşte despre forţele sufleteşti inferioare (Iddhis sau Siddhis) Şi se face aluzie la "primejdiile acestor forţe sufleteşti". Aş vrea mai întâi să precizez că mica scriere "Vocea liniştii" este menită a sluji ca temă de meditaţie. E cu totul un produs al *ştiinţei ocult*e. Iar ştiinţa ocultă este ştiinţă vie, adică ea acţionează ca o forţă asupra întregului om, când acesta se pătrunde de ea meditând. Dar, cum am mai spus deja o dată, e vorba nu de prelua şi de a diseca raţional această ştiinţă, ci de a ne dărui pe deplin ei. Capătă fructul meditaţiei doar cel care reuşeşte să elibereze pentru scurt timp câmpul conştienţei de toate impresiile cotidiene, timp în care se umple pe deplin cu gândurile meditaţiei.

Aş vrea acum să vă atrag atenţia asupra unor lucruri care stau ca ştiinţă ocultă la baza "Vocii liniştii". Dar trebuie să precizez foarte categoric că nu e vorba de a supune unor reflecţii speculative această ştiinţă în momentele de cufundare meditativă în frazele din "Vocea liniştii", ci de o însuşire a acestei ştiinţe în timpul din afara meditaţiei. Atunci ea devine o parte integrantă a sufletului nostru, şi acţionează în noi chiar şi când n-o desfăşurăm în gânduri amănunţite în timpul meditaţiei.

Toate sentinţele cu adevărat oculte se bazează pe cunoaşterea dezvoltării universale şi provin din această ştiinţă care-l vede pe om în

concordanţă cu Unicul Toate Vieţuitor, ce se trăieşte pe sine în forme mereu noi. Dar omul trebuie să se recunoască a fi una din aceste forme. El trebuie să înveţe a înţelege că procesele evolutive ale unui trecut îndelungat s-au integrat fiinţei sale şi că el însuşi constituie forma de trecere spre stări superioare.

Aşa cum este azi, omul e alcătuit dintr-o serie de corpuri: corpurile fizic, astral şi cel spiritual inferior precum şi corpul spiritual superior. Corpuri şi mai înalte sunt deocamdată în el doar schiţate. Numai atunci are omul o imagine justă despre sine când ştie că anumite corpuri nu au ajuns la acelaşi grad de desăvârşire. Căci chiar dacă, de pildă, corpul astral e la un nivel mai înalt decât corpul fizic, corpul astral *de astăzi* al omului este totuşi inferior corpului fizic. Trebuie făcută distincţia între desăvârşirea relativă şi desăvârşirea absolută. Corpul fizic al omului se află azi, *în felul său*, pe o anumită înălţime a desăvârşirii, şi va fi cu totul desăvârşit când actuala aşa-zisa "rundă" a Pământului nostru va fi ajuns la sfârşit. Corpul astral mai stă însă azi pe o treaptă inferioară a desăvârşirii şi doar în a cincea rundă va fi tot atât de departe, pe cât este azi trupul fizic *în felul său*. În felul lor, mai rămase în urmă sunt apoi corpurile superioare. De aceea putem spune: omul trebuie să lucreze încă mult asupră-şi pentru ca şi corpurile sale superioare să devină tot atât de organizate, tot atât de formate precum este corpul fizic. În esenţă omul nu poate azi să greşească atât de mult faţă de organizarea lui fizică, precum poate s-o facă faţă de corpurile sale superioare. Îţi poţi desigur vătăma şi organizarea fizică; dar vătămarea corpurilor superioare e cu totul altceva. Căci aceste corpuri superioare sunt încă într-o stare embrionară iar când acţionăm asupra lor, acţionăm asupra unor predispoziţii, iar nu asupra unor organe care au dobândit, până la un anumit grad, o formă finală în împărăţia naturii. Organizăm corpurile noastre superioare prin felul în care gândim, cum percepem, cum simţim, cum dorim. Facem aceasta în acelaşi fel cum au făcut-o forţele naturii, în timpuri de mult trecute, când au format organele noastre fizice: plămânii, inima, ochii, urechile ş.a.m.d. din formaţiuni inferioare. Trebuie să ne considerăm continuatori ai naturii pe planurile superioare. Există îndrumări ca "Vocea liniştii" pentru ca să ne direcţionăm gândurile, dorinţele, senzaţiile, sentimentele aşa încât să ne organizăm *noi* înşine corpurile noastre superioare în felul în care natura a organizat corpul nostru fizic. Şi ne punem pe făgaşul justei dezvoltări când lăsăm, în timpul meditaţiei, să acţioneze asupra noastră asemenea fraze. Căci aceste fraze sunt tocmai forţe spirituale ale naturii care ne conduc, şi prin care ne conducem noi înşine. Dacă ne conducem după ele, atunci corpurile noastre superioare se organizează şi dobândim organe de percepţie şi acţiune pentru planurile superioare, devenim văzători, auditori şi activi pe planurile superioare, cum am devenit, pe planul fizic, prin forţele naturii, văzători, auditori şi activi. Trebuie recunoscut că într-o asemenea dezvoltare există "primejdii". Ele vin din partea forţelor sufleteşti aşa zis inferioare, când forţa spirituală nu este îndreptată în direcţia corespunzătoare. "Vocea liniştii" a fost scrisă ca să poată fi găsită această direcţie.

Apare *de asemenea* o primejdie pentru om, dacă se lasă cuprins de un sentiment incorect faţă de fraza că "lumea exterioară" e doar o lume a aparenţei. Desigur, într-un anumit sens, lucrurile aşa stau. Dar omul nu e chemat să se retragă din această "lume exterioară" şi să se refugieze în lumi superioare. Trebuie să ne câştigăm posibilitatea de a privi în lumile superioare, dar trebuie să ne fie limpede că ceea ce trebuie să căutăm în aceste lumi superioare sunt *cauzele* efectelor în lumea *noastră* fizică. Să ne reamintim neîncetat că trebuie să ne adâncim în propriul nostru spirit. Printr-o asemenea adâncire învăţăm să înţelegem spiritul care ne vorbeşte în afara noastră prin fiecare frunză, prin fiecare animal, prin fiecare om. Ar fi greşit dacă am căuta spiritul şi am desconsidera organele sale, care sunt fenomenele şi procesele *acestei* lumi. Impulsurile, motivele acţiunii în această lume trebuie să le scoatem din planurile superioare; acţiunea însăşi, în perioada dintre naştere şi moarte, trebuie să fie în *această* lume. Nu trebuie să dispreţuim lumea, ci s-o iubim; dar nu trebuie să o iubim aşa cum apare ea doar simţurilor fizice, trebuie să învăţăm zi de zi, ceas de ceas, cum este ea o *expresie* a spiritului. Să căutăm pretutindeni, în sensul celei de-a treia fraze din "Vocea liniştii", "Zămislitorul" aflat pe un plan mai înalt. Desigur, lumea simţurilor devine în felul acesta o lume a aparenţei. Dar numai în măsura în care omul o priveşte în mod obişnuit. De pildă: vedem un răufăcător. Privindu-l aşa cum cei mai mulţi oameni privesc un asemenea om, vedem doar o *aparenţă*. Învăţăm să cunoaştem adevărul despre răufăcător atunci când ne îndreptăm spre el o privire inspirată de lumile superioare. Când privim adânc în viaţa lumii, se schimbă toate sentimentele, toate trăirile noastre faţă de realitatea care ne înconjoară. Şi printr-o asemenea cunoaştere devenim destoinici pentru lumea reală în care trăim. Va trebui să înţelegem din ce în ce mai mult, că suntem mult mai puţin chemaţi mai întâi să îndreptăm lumea, cât opiniile noastre părelnice despre lume. Putem interveni corectiv în lume doar atunci când ne-am corectat pe noi înşine, răzbătând de la opiniile false la cele adevărate. De aceea se spune în "Vocea liniştii": "Doar atunci, doar atunci se va închide simţirea faţă de domeniul greşelii şi se va deschide domeniului adevărului, când omul nu va mai percepe multele entităţi ale aparenţei ca atare, ci îşi va îndrepta privirea spre singurul adevărat."

"Spiritul creator" lucrează în afară, în jurul nostru; dar spiritul lucrează şi înlăuntrul nostru. Lumea exterioară ne va dezvălui mereu acest Spirit creator, dacă dobândim "firul de argint" care ne leagă pe noi înşine de spiritul creator. De aceea trebuie să ascultăm la tot ce răzbate până la urechea noastră, trebuie să privim atent la tot ce se înfăţişează ochiului nostru: niciodată însă să nu ne lăsăm dirijaţi din afară, ci să ne fie limpede că înlăuntru se află interpretul, dirijorul care pune toate cele din afară în lumina justă. Prin ruperea "firului de argint" din lăuntru noi înşine transformăm lumea exterioară într-o lume a aparenţei care apoi ne înşeală la fiecare pas; prin menţinerea legăturii interioare cu izvorul spiritului, se revarsă pentru noi şi toată lumina adevărului asupra lumii exterioare.

Trebuie să cercetăm în spiritul propriu: atunci ni se deschide spiritul lumii. De obicei nu se acceptă că acesta este drumul pe care se poate ajunge la vederea în lumile superioare. Şi totuşi acesta este.

"Sălile" din "Vocea liniştii" sunt adevărate trăiri ale cunoaşterii de sine a omului.

Este important să ne reprezentăm clar în faţa sufletului treptele desemnate aici. Nu este vorba de a înţelege în mod raţional sensul avut în vedere cu aceste "săli". Trebuie să *trăim* acest sens. A înţelege este cel mai mic lucru; iar această înţelegere nu deschide nici un fel de forţe superioare. Dar chiar când credem că am înţeles de mult, să *trăim* mereu şi mereu acest sens: aceasta deschide. Ocultiştii experimentaţi ştiu că înţelegerea aforismelor nu înseamnă nimic. De aceea orice ocultist va lăsa să trăiască mereu şi mereu în el ceea ce a fost de mult înţeles. Şi nici unui adevărat ocultist nu-i este îngăduit să neglijeze a trăi *zilnic* în mod meditativ cu cele mai importante şi mai simple adevăruri. Aceasta nu îi dă ştiinţa în sensul lumesc, ci *forţă* şi *viaţă* în sens ocult. Aşa cum iubeşti un copil deşi îl ai zilnic în faţa ta şi îl cunoşti cât se poate de bine, aşa iubeşte ocultismul adevărurile şi trebuie să fie zilnic cu ele, să *trăiască* cu ele. De aceea ştiinţa ocultă este diferită de întreaga ştiinţă exterioară învăţată a simplei civilizaţii. Aceasta odată asimilată, ai terminat, ca să zic aşa, cu *înţelegerea* ei. Nu aşa stau lucrurile cu ştiinţa ocultă. O ai mereu în ambianţa ta vie, chiar şi când o cunoşti, aşa cum pe copil îl cuprinzi afectuos chiar când îl cunoşti de mult.

"Prima sală" ne arată că punctul nostru obişnuit de pornire este *neştiinţa*. Iar neştiinţa trebuie să rămână partea noastră dacă ne oprim la ceea ce ne-a revenit, ca să zicem aşa, prin natură. Chiar şi toată ştiinţa exterioară este numai o adunare a ceea ce produce neştiinţa. Câtă vreme nu suntem în clar asupra faptului că în ciuda multei ştiinţe putem totuşi persista în neştiinţă, adevărata înţelepciune şi progresul însuşi sunt pentru noi imposibile. Este important să ne pătrundem în mod viu de atitudinea că trebuie să fim "învăţăcei". La fiecare pas viaţa trebuie să ne fie o şcoală. Atunci trăim viaţa în a *doua sală*. Toate raporturile noastre cu lumea se schimbă sub influenţa unei asemenea atitudini. Avem atunci convingerea că putem învăţa de la *toate* cele ce ni se înfăţişează. Şi devenim elevi ai vieţii unitare care ni se revelează continuu. Şi abia aşa învăţăm să iubim; să iubim Totul. Aşa se topeşte mania izolării surghiunită în sinea *mărginită*; aşa învăţăm: să nu ne oprim la durere şi bucurie ci să ne lăsăm învăţaţi de durere şi bucurie. Aşa ajungem să ne dăm seama că propriul nostru organism este un

organ de cuprindere, pentru întreaga lume. Ne dăm seama că sinea noastră adevărată nu este nicidecum identică cu acest organism; învăţăm să ne considerăm ca instrument prin care lumea acţionează asupra sinei noastre superioare, iar această sine superioară asupra lumii. Şi vom descoperi atunci destul de repede că această sine superioară este un mădular în organismul spiritual general şi încredinţat nouă ca zălog, aşa încât ne putem considera ca *trimişi* ai voinţei universale dumnezeieşti. Ne simţim din ce în ce mai mult ca misionari ai marelui spirit cosmic. Şi când simţim în felul *acesta*, simţim ceva din atmosfera din "*sala învăţăturii*". Atunci însă ne putem ridica şi la sentimentul pe care-l reprezintă cea de a treia sală aceea a "*înţelepciunii*". Trăim legătura cu spiritul universal şi observăm că ştiinţa cea mai înaltă se revarsă în interiorul nostru spre noi. Începem să îndrăznim a ne dărui cu totul acestui flux. Se deschid pentru noi porţile inspiraţiei. Ne vom conduce noi înşine cu adevărat, nu mai suntem conduşi de imboldurile lumii exterioare. În felul acesta ne *naştem din nou*. Căci, precum înainte eram copii ai lumii, acum devenim copii ai spiritului. Spiritul din lăuntru ne indică drumul. Se pogoară asupra noastră o infinită siguranţă şi linişte, nu succesul va decide comportarea noastră, ci numai considerarea a ceea ce este just. Şi acest sentiment de siguranţă interioară ne dă posibilitatea să privim în sala fericirii. Iar aici răsună atunci cele *şapte* voci.

Ca toate adevărurile oculte, aceste şapte voci au şi ele şapte semnificaţii. Şi urcăm tot mai sus spre semnificaţia supremă care, de fapt, nu mai e semnificaţie ci realitate spirituală. Trebuie însă mai întâi să te deschizi *trăind în tine* meditativ următoarele semnificaţii, apoi ţi se relevează şi semnificaţii superioare, iar la urmă realităţi.

Mai întâi prima interpretare (simbolic-alegorică).

1.) Simţind viu şi cufundându-te în această simţire vie, trebuie să-ţi înnoieşti necontenit sentimentul că lumea, aşa cum o vezi *deocamdată*, este exterioară, este o lume aparentă. Trebuie să ne cufundăm în credinţa vie că această lume ne va dezvălui din ce în ce mai mult adevărul şi pe ea însăşi dacă ne vom adânci în noi înşine. Nu ne va fi uşor să ne pătrundem pe dea-ntregul de o asemenea dispoziţie. Căci nu avem voie să uităm că această lume este totuşi a noastră, că suntem chemaţi totuşi să iubim această lume. Dacă ne-ar fi foarte uşor să ne despărţim de felul cum trăim în lume, această despărţire nu ar fi o jertfă. Am căuta atunci un nou fel de viaţă, doar aşa cum alergăm din schimbare în schimbare în viaţa obişnuită. De aceea vocea care ne vorbeşte în acest moment al despărţirii trebuie să fie cântul dulce al privighetorii; trebuie să aibă loc un adevărat rămas bun de la *sentimentele aparente ale vieţii*. Dacă ne putem pătrunde adesea şi îndelung de o asemenea stare sufletească, urcăm din ce în ce mai sus pe treptele desăvârşirii mistice.

Şi putem auzi în lucrurile acestei lumi cea de *a doua voce*. Lumea răsună pentru noi disonant câtă vreme trăim în sentimentele aparente. Judecăm, criticăm deoarece auzim disonanţele de la *suprafaţa* lucrurilor. Dar dacă înăbuşim receptivitatea faţă de disonanţe, înăbuşim şi înclinarea de a judeca, de a critica; şi ne cufundăm în acordul aflat la temelia lucrurilor. Învăţăm să înţelegem chiar şi răul. Învăţăm să ne dăm seama că răul este o forţă care se impune la locul nepotrivit. Dacă ar fi la locul potrivit, ar fi bună. Şi astfel, ceea ce înainte părea ca o disonanţă, la temelia lucrurilor se preface în armonie. Auzind şi înţelegând fără a judeca, fără a critica, face ca din linişte să se ridice spre noi al doilea sunet. Orice ocultist ştie ce infinit ajutor a însemnat pentru el strădania de a înţelege pretutindeni necritic, compătimitor; şi atunci a răsunat pentru el ţambalul de argint, care este doar acoperit de ceea ce un auz exterior culege de la suprafaţa lucrurilor.

"Pătrunde cu auzul tău *în* lăuntrul lucrurilor", aşa ne îndeamnă ocultistul. Dacă compari un lucru cu altul, poţi să-l găseşti pe unul desăvârşit, pe altul nedesăvârşit. Dar nu o asemenea comparaţie îţi va spune ce se află în lucruri, ci *al treilea sunet*, care e ascuns în fiecare lucru, precum sunetul în scoica de mare. Nu vei învăţa să înţelegi urâtul din natură, absurdul din viaţă, stricăciunea din om câtă vreme compari pe unul cu celălalt; ci când vei asculta specificul lăuntric, ascuns, al fiecărui lucru şi fiinţă în sine. Mergi în liniştea unde nu ţi se impune nimic care să te îndemne la comparaţie, şi fii spiritualmente *singur* cu fiecare fiinţă ; atunci "liniştea" îţi va releva sunetul înăbuşit din fiecare lucru şi fiinţă.

Şi după un asemenea exerciţiu se aşează o seriozitate asupra întregii noastre fiinţe şi demnităţi. Învăţăm să înţelegem lumea în seriozitatea şi demnitatea ei. Trebuie să se deştepte în noi ceva care ne face să simţim deplină seriozitate faţă de *toate* lucrurile. E momentul în care ni se revelează cum toate sunt o expresie a unui Tot demn de cea mai înaltă cinstire. Ne obişnuim să ne ridicăm privirea de la lucrul cel mai mic spre infinit, căci nu ne părăseşte gândul nici faţă de lucrul cel mai mic, că e o expresie a vorbirii universului care ni se adresează cu cea mai liniştită gravitate. Acest sentiment, prins în mod viu în meditaţia noastră, dă cel de-al patrulea sunet.

Dar apoi, după ce ne-am pregătit în felul acesta, încep să răsune pentru noi entităţile spirituale din lume; atunci răsună ca trompete, căci ceea ce ne răsună nu mai e doar taina unui lucru separat, ci sunetul Universului însuşi. Dacă lăsăm spiritul lumii să ni se adreseze, el răsună pentru noi din toate lucrurile, dar nu ca tonul izolat al acestor lucruri, ci ca armonie a universului. Acesta e al cincilea sunet.

Şi acest sunet poate să se intensifice. Pătrunde pentru noi de la fiinţă la fiinţă. Ne face vizibile misterele lumii. Dacă am înţeles că totul este revelaţia Spiritului Unic, putem să ne dăruim integral acestei revelaţii. Ne reprezentăm astfel lumea ca pe un sunet spiritual ce pătrunde peste tot şi găseşte peste tot un ecou. Aceasta este a şasea voce.

Trebuie să ajungem la trăirea spirituală, meditativă a reprezentărilor mai sus sugerate. Trebuie să fim liniştiţi cu noi înşine, total liniştiţi şi să aducem în mod viu în faţa noastră imaginile prin care sunt caracterizate sunetele în "Vocea liniştii", aşa încât să le putem asculta în mod imaginativ cu auzul spiritual. Şi totodată trebuie să ne pătrundem de gânduri ca cele care au fost date de mine aici, la exegeza sunetelor. Nu speculativ, ci dintr-o simţire vie. Atunci meditǎm just şi fructuos.

Iar la urmă lăsăm toate revelaţiile celor şase sunete să răsune împreună, într-unul singur. Căci nu trebuie să rămânem la *o singură* relaţie cu lumea, ci să fim universali. Şi cine aude deja vocea a şasea, trebuie să se întoarcă iarăşi la prima, a doua şi aşa mai departe. Numai când iubim particularul la fel ca şi armonia întregului ne apropiem de desăvârşire.

Din: VOCEA LINIŞTII
de H. P. Blavatsky

Această învăţătură este pentru cei ce nu cunosc pericolele pentru om ce se nasc din forţele lui sufleteşti inferioare.

Cel care vrea să audă vocea spiritului [Nota 42] în afara sa, trebuie să înţeleagă mai întâi esenţa propriului spirit.

Când discipolul nu mai consideră lumea percepţiilor ca lucrul principal, trebuie să-l caute pe producătorul acestor percepţii, pe zămislitorul gândurilor, pe cel care face din lumea simţurilor o lume a aparenţei.

Prin adâncirea gânditoare în sine este văzută aparenţa realului în toată nulitatea ei.

Aşa trebuie să îndepărteze discipolul aparenţa de la sine.

Căci:

Când a recunoscut aparenţa ca atribut al realului, va recunoaşte ce este în el însuşi aparenţă, aşa cum recunoşti că visul este vis iar nu realitate, de îndată ce te trezeşti, când nu mai percepe multiplele fiinţe ale aparenţei ca atare, privirea sa va fi îndreptată asupra *unicului* adevărat.

Numai atunci, abia atunci, simţirea sa se va închide împărăţiei falsului şi se va deschide împărăţiei adevărului.

Înainte ca sufletul să poată vedea, trebuie să fi dobândit pacea interioară, iar ochii trupeşti să fi tăcut exprimările lor.

Înainte ca sufletul să poată auzi, imaginea aparentă a omului trebuie să fi devenit surdă pentru ceea ce e zgomotos şi pentru ceea ce e abia perceptibil, pentru urletul strident al câinilor, ca şi pentru bâzâitul muştei.

Înainte ca sufletul să poată vedea spiritul şi să-şi amintească faptele sale, trebuie să fie unit cu ceea ce vorbeşte spiritual şi tace senzorial, aşa cum argila olarului trebuie să lase de o parte forţele naturii sale proprii şi să se unească cu spiritul olarului, dacă vrea să devină vas. Atunci sufletul va auzi şi va înţelege:

Vocea liniştii

şi va zice:

Dacă sufletul tău zâmbeşte în timp ce se mişcă în lumina solară a vieţii, ❙ dacă sufletul tău cântă în casa lui de carne şi materie ❙ dacă sufletul tău plânge în învelişul lui de aparenţă ❙ dacă sufletul tău a rupt firul de argint care-l leagă de spiritul creator, atunci, o învăţăcelule, el aparţine pământului.

Dacă sufletul tău ascultă zgomotul zilei, ❙ dacă sufletul tău se umple cu tumultul marii lumi a aparenţei, ❙ dacă sufletul tău, la strigătul durerii, se refugiază în sine asemenea broaştei ţestoase, care se sustrage cu teamă impresiilor din afară, atunci sufletul tău este o casă nevrednică de spirit.

Dacă însă, devenit mai puternic, sufletul tău se smulge învelişului material şi, părăsindu-l, formează mai departe firul de argint, dar leagă numai sinea sa, numai propria-i aparenţă de acesta, a fost înlănţuit în cea mai rea aparenţă.

Lumea materială, o, învăţăcelule, este locul ademenirii; ea te duce pe un drum de grele încercări; te amăgeşte cu credinţa că eul tău aparent ar fi eul tău real.

Această lume materială, o învăţăcelule, este numai o intrare spre lumină, o pregătire pentru locul adevăratei lumini, al acelei lumini, a cărei aparenţă nici o furtună n-o stinge şi care luminează fără fitil şi ulei.

Vocea înaltă a spiritului spune:

Vrei să vezi cum străluceşte sinea lumii: trebuie să vezi mai întâi lumina pâlpâindă, arzătoare a propriei tale sine. Ca să dobândeşti această cunoaştere trebuie să priveşti sinea aparent ca non-sine; atunci vei putea să te odihneşti în braţele fiinţei universale. În aceste braţe te aşteaptă o lumină care nu îşi aruncă razele sale asupra naşterii şi morţii, ci asupra a ceea ce trăieşte în veşnicii: *Aum*.

Predă-te în braţele fiinţei universale, dacă vrei să devii cunoscător.

Mori şi renaşte.

Trei săli, o, călătorule oprimat de aparenţe, te duc la capătul oprimării tale. Trei săli, o, biruitor al lumii aparenţelor, te vor ridica prin trei stări într-o a patra, iar apoi în cele şapte lumi, în lăcaşul veşnic al fericirii divine.

Dacă vrei să le ştii numele, atunci ţine minte:

Numele primei săli e *neştiinţa*.

E sala în care te-ai născut, în care trăieşti şi vei muri.

Numele celei de-a doua e *învăţătura*. În ea, sufletul tău va face cunoştinţă cu florile vieţii; dar în fiecare floare pândeşte un şarpe al ispitei.

Numele celei de-a treia săli este *înţelepciunea*; în spatele ei se întinde viaţa fără hotar a spiritului universal, a izvorului atotştiinţei.

Dacă vrei să străbaţi în siguranţă prima sală, nu-ţi lăsa sufletul înşelat, ca să-ţi faci din focul voluptăţii şi poftei ce arde în el lumina soarelui vieţii tale.

Dacă vrei să străbaţi în siguranţă cea de-a doua sală, nu te opri să respiri miresmele egoismului. Dacă vrei să fi liber de lanţurile care te leagă de lume, nu-ţi căuta conducător în lumea de aparenţe a sinei inferioare.

Înţelepţii se sustrag tentaţiilor lumii senzoriale.

Înţelepţii nu ascultă glasurile ispititoare ale lumii aparenţelor.

Numai dacă îţi cauţi renaşterea în sala înţelepciunii, găseşti lumina pe care nici o umbră n-o întunecă şi care luminează prin veşnicii cu o forţă care nu slăbeşte niciodată.

Caută ceea ce trăieşte necreat în tine; o vei găsi în această sală. Dacă vrei s-o vezi în lumina cea adevărată şi să devii una cu ea, trebuie să străvezi amăgirea aparenţei. Înăbuşe cele ce-ţi spun simţurile care locuiesc în carne, nu tolera ca vreo imagine pe care ţi-o formează simţurile să se interpună între tine şi această lumină; numai atunci poţi deveni una cu ea.

Şi când ai recunoscut amăgirea privirii tale senzoriale, du-te acolo unde doar se învaţă. Sala învăţăturii este plină de pericole, în frumuseţea ei amăgitoare; acela e locul încercării tale.

Fereşte-te ❙ în timp ce zăboveşti şovăitor în lumea eului aparent şi amăgitor ❙ să nu fi reţinut în această orbire.

Această lumină a eului-amăgitor străluceşte din fiinţa ispititorului. El te ţine captiv în lumea senzorială; îţi înşeală intelectul făcându-l să ia amăgirea senzorială drept adevăr, şi cel ispitit este azvârlit fără sine în amăgire.

Fluturele este atras de flacăra strălucitoare a lămpii tale de noapte şi moare lângă uleiul impur. Sufletul ademenit, pe care l-a înghiţit aparenţa, trebuie să se întoarcă la materie, pe care marele ispititor o schimbă din amăgire în adevăr.

Priveşte la mulţimea de suflete. Cunoaşte cum planează deasupra mării furtunoase a valurilor vieţii umane şi cum căzute pradă aparenţei, orbite de lumină, lipsite de forţă se cufundă, unul după altul, în valurile furtunoase. Azvârlite încoace şi încolo de vânturile creatoare de simţuri, mişcate de furtunile râvnitoare ale pornirilor sălbatice, aceste suflete cad în valurile ireale şi sunt înghiţite de vâltorile deşertăciunilor.

Dacă vrei să treci prin sala înţelepciunii în valea fericirii, o discipole, închide-ţi simţurile care-ţi prezintă aparenţa amăgitoare a multor lucruri şi te izolează de lucrurile în care spiritul universal sălăşluieşte ca în tine însuţi şi, în această izolare a ta îţi răpesc liniştea.

Nu lăsa ce e din cer născut în tine să se scufunde în valurile aparenţei şi să se întoarcă de la străbunii săi veşnici, ci lasă forţa arzătoare să se potolească intrând în cămara cea mai intimă, cămara inimii, sălaşul mamei universale.

Atunci va veni din întreg acea forţă în cea de-a şasea împărăţie, cea de mijloc, în spaţiul dintre ochii tăi. Atunci va începe să curgă acolo forţa sufletului universal, vocea care răsună în întregul univers, vocea Spiritului Creator.

Atunci vei putea deveni unul care alunecă peste valurile lumii senzoriale şi ale cărui tălpi nu sunt udate de apele aparenţei.

Înainte de a-ţi putea pune piciorul pe treptele cele mai de sus, pe scara sunetelor mistice, trebuie să auzi răsunând *înşeptita* voce a Dumnezeului lăuntric.

Prima voce răsună ca un cântec dulce de privighetoare; ea cântă un blând cântec de adio însoţitorilor din lumea aparenţelor a existenţei tale de până acum.

A doua voce vorbeşte, aidoma unui cinel de argint, despre armoniile entităţilor care conduc lumea.

A treia este un cântec melodios de jale, înăbuşit, ca sunetul captiv în scoica de mare.

Ca un sunet puternic, serios şi demn răsună cea de a patra voce.

A cincea se aude ca sunetul fluierelor din trestie de bambus, şi se ridică până la intensitatea sunetului de trompetă.

Ca un sunet de tunet într-un defileu stâncos te ia cu asalt a şasea voce.

În sunetul al şaptelea toate celelalte se sting. Ele s-au scurs imperceptibil în fiinţa lui.

Când cele şase voci au murit şi s-au aruncat la picioarele maestrului, abia atunci a devenit discipolul una cu *Cel Unic*; el trăieşte în acesta şi acesta trăieşte în el.

Înainte de putea păşi pe acest drum, trebuie să stingi tot jăraticul pornirilor tale; gândurile râvnitoare trebuie să le cureţi iar inima să ţi-o cufunzi în castitate.

Undele pure ale vieţii veşnice, transparente precum cristalul, nu suferă nici un amestec cu valurile senzoriale tulburi ale lumii inferioare.

Roua cerului din sânul florii de lotus, strălucind primar în prima rază a soarelui de dimineaţă, devine şi ea, după ce a căzut pe pământ, o părticică din pulberea pământului; nobila perlă a ajuns o picătură murdară.

Stinge gândurile grele de dorinţă pentru ca nu cumva să sucombi sub presiunea dorinţelor din gândurile tale. Comportă-te cu ele fără dorinţă; dacă, în loc să le stingi le laşi să ardă, află că ele te vor aprinde pe tine însuţi întru râvnire şi-ţi vor ucide eul. Nu lăsa nici oglindirea gândurilor încărcate cu râvniri să se apropie de tine. Căci aceste umbre vor creşte; câştigând amploare şi forţă, vor prinde fiinţa ta în plasa lor, înainte ca tu să fi căpătat deplina conştienţă a odioasei lor prezenţe.

Înainte ca forţa mistică să-l poată trezi pe Dumnezeu în tine, trebuie să fi fost în stare să stingi în tine focul poftei.

Sinea materiei şi sinea spiritului nu se pot întâlni niciodată. Dacă una dintre ele trebuie să strălucească în tine, celălaltă trebuie să stea în întuneric; n-ai loc pentru amândouă.

Înainte ca forţa spiritului să poată percepe lumina interioară, iluzia personalităţii trebuie extirpată, iar viermele aparenţei senzoriale pentru totdeauna ucis.

Până ce nu te jertfeşti pentru cărare, nu poţi să mergi pe cărare.

Aşa cum caliciul lotusului îşi deschide inima soarelui strălucitor de dimineaţă, aşa să-ţi fie şi ţie deschis sufletul când spiritul universal te cheamă din creatura care suferă.

Nu lăsa nici o lacrimă să fie uscată de căldura soarelui, înainte ca tu s-o fi luat de la creatura care suferă.

Lasă suferinţele fiinţelor să intre în inima ta şi dă-le un loc de linişte; nu stinge în inima ta nici o compasiune, până ce nu s-a stins durerea care a născut-o.

Aceste lacrimi, o tu, a cărui inimă e plină de abnegaţie, sunt valurile care trăiesc iubirea veşnică. Din acest sol creşte floarea de miez de noapte a iubirii veşnice, mai greu de găsit şi mai rar de văzut decât floarea arborelui yoga. Dacă ai găsit-o, ai câştigat privirea în împărăţia ce nu este prinsă în lucirea aparenţei.

Ea îl eliberează pe vizionarul care iubeşte mistic, de lupta cu simţurile şi de plăcerea simţurilor; ea îl trage în sus peste câmpurile slabei existenţe omeneşti spre lăcaşurile păcii, unde înfloreşte altruismul cu putere dumnezeiască.

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

VI
EXEGEZE

Exegeză la "Lumina pe cale"
de Mabel Collins [Nota 38]

Explicaţiile de mai jos ale lui Rudolf Steiner se referă la primele fraze din "Lumina pe cale":

"Aceste învăţături au fost scrise pentru oricine caută adevărul.
Ţine seama de ele!
Înainte ca ochiul să poată vedea, trebuie să se fi dezobişnuit să plângă.
Înainte ca urechea să poată auzi, trebuie să-i dispară impresionabilitatea.
Înainte ca vocea să poată vorbi în faţa Maeştrilor, trebuie să se dezobişnuiască de a jigni.
Şi înainte ca sufletul să poată sta în faţa lor, sângele inimii lor trebuie să stropească picioarele."

Ceea ce intelectul (Kama Manas), orientat spre cele mărginite numeşte adevăr, este numai o subspecie a ceea ce discipolul esoteric "*caută* ca adevăr". Căci adevărul intelectului se referă la ceea ce *a devenit*, la ceea ce e *evident*. Iar evidentul e doar o parte a existenţei. Fiecare lucru al lumii noastre înconjurătoare este în acelaşi timp, produs, creatură (adică ceva devenit, evident) şi *germene* (invizibil, în devenire). Şi abia când examinezi un lucru sub ambele aspecte (de lucru devenit şi de lucru în devenire), îţi dai seama că este expresia *unei singure vieţi*, a vieţii care are timpul nu în afara ei, ci în ea. Tot aşa şi adevărul limitat este doar ceva *devenit*; el trebuie să fie însufleţit printr-un adevăr *în devenire*. Pe primul îl *înţelegi*, pe al doilea "îl iei în seamă". Toate adevărurile pur ştiinţifice aparţin primului gen. "Lumina pe cale" *nu este* scrisă pentru cel care caută *numai* asemenea adevăruri. Este scrisă pentru cei ce caută *acel* adevăr care este azi germene ca să devină mâine produs; şi pentru cei care nu cuprind lucrul devenit, ci *iau în seamă* lucrul în devenire. Dacă vrea cineva să înţeleagă învăţăturile din "Lumina pe cale", trebuie să le nască în sine şi să le iubească precum ceva din afara sa, aşa cum mama naşte copilul propriu şi-l iubeşte ca pe ceva exterior ei.

Primele patru învăţături deschid poarta de intrare în esoterism, dacă sunt înţelese. ❙ Cu ce întâmpină omul obiectele cunoaşterii sale? Cine se cercetează mereu va descoperi că bucuria şi durerea sunt răspunsul său la impresiile lumii sensibile şi suprasensibile. Ne lăsăm uşor cuprinşi de convingerea că am lepădat plăcerea şi neplăcerea. Trebuie însă să cobori în cele mai ascunse unghere ale sufletului şi să scoţi de acolo *plăcerea ta*, *neplăcerea ta*; căci cunoaşterea este posibilă numai dacă toate plăcerile şi neplăcerile de acest fel sunt consumate de fericirea sinei superioare. Unii gândesc: pe calea aceasta vom deveni oameni reci şi seci. Dar nu e cazul. O bucată de aur rămâne aceeaşi bucată de aur ❙ ca greutate şi culoare ❙, chiar când e transformată în bijuterie. Tot aşa şi Kama rămâne ceea ce este ❙ ca conţinut şi intensitate ❙, chiar şi când e modelată spiritual. Forţa Kamei nu trebuie extirpată, ci integrată conţinutului *focului divin*. De aceea delicata sensibilitate a ochiului nu trebuie să se reverse în lacrimi, ci să aurească impresiile primite. Resoarbe fiecare lacrimă şi împrumută strălucirea perlată pe care o are, razei ce pătrunde în ochi. Forţe irosite sunt plăcerea *ta* şi durerea *ta*; irosite pentru cunoaştere. Căci forţa care se scurge în această plăcere şi în această durere trebuie să pătrundă în obiectul cunoaşterii.

"*Înainte ca ochiul să poată vedea, trebuie să se dezobişnuiască să plângă*".

Cine îl mai detestă pe răufăcător în sensul obişnuit şi cine îl mai adoră pe sfânt în acest sens obişnuit, acela nu şi-a dezobişnuit ochiul de lacrimi. Arde-ţi toate lacrimile în voinţa de a ajuta. Nu plânge asupra celui oropsit, *dă-ţi seama* de situaţia lui şi ajută-l! Nu murmura în legătură cu cele rele; înţelege-le şi transformă-le în bune. Lacrimile tale nu fac decât să tulbure limpezimea pură a luminii. *Simţi* cu atât mai delicat cu cât eşti mai puţin *impresionabil*. Sunetul devine clar pentru ureche când această claritate nu este tulburată de entuziasmul, de simpatia care-l întâmpină la intrarea în ureche.

"*Înainte ca urechea să poată auzi trebuie să-i dispară impresionabilitatea*".

Altfel spus, aceasta înseamnă: lasă bătăile de inimă ale celuilalt să răsune în tine şi nu le tulbura prin pulsaţiile propriei tale inimi. Urechea trebuie s-o deschizi şi nu terminaţiile nervoase. Căci terminaţiile nervoase îţi vor spune dacă un sunet îţi este *plăcut* sau nu; dar urechea ta deschisă îţi va spune *cum* este sunetul însuşi. Când mergi la un bolnav lasă fiecare fibră a trupului *său* să-ţi vorbească, şi nimiceşte impresia pe care ţi-o face.

Şi cuprinzând primele două propoziţii: întoarce-ţi voinţa; las-o să devină cât se poate de puternică, dar nu-i îngădui să se reverse în lucruri ca *a ta*, ci informează-te mai întâi asupra esenţei lucrurilor şi dă-le apoi voinţa ta; fă ca atât tu cât şi voinţa ta să vă revărsaţi din lucruri. Intensitatea luminoasă a ochilor tăi să curgă din fiecare floare, din fiecare stea, dar ţie cu lacrimile tale pune-ţi frâu.

Dăruieşte cuvintele tale lucrurilor care sunt mute, pentru ca ele să vorbească prin tine. Căci aceste lucruri mute nu sunt o invitaţie pentru plăcerea ta, ci o invitaţie pentru acţiunea ta. Ele ţi se înfăţişează nu ca ceva ce a ajuns *devenit* fără tine, ci ca ceva ce trebuie să devină prin tine.

Şi atâta vreme cât impui dorinţa ta unui lucru, fără ca această dorinţă a ta să se fi născut din lucrul însuşi, răneşti acest lucru. Dar cât timp

mai răneşti pe cineva, nici un maestru nu te poate asculta. Căci maestrul îi ascultă numai pe aceia care au nevoie de el. Şi nu are nevoie de maestru cel ce intră cu forţa în lucruri. Sinea inferioară a omului este ca un ac ascuţit care vrea să se vâre pretutindeni. Câtă vreme vrea asta, nici un maestru nu va voi să îi asculte vocea.

"*Înainte ca vocea să poată vorbi în faţa maeştrilor, trebuie să se dezobişnuiască de a răni.*"

Câtă vreme acele ascuţite ale lui "*eu vreau*" mai ies la iveală din cuvintele omului, aceste cuvinte continuă să fie trimişi ai sinei sale inferioare. Când acele au fost îndepărtate iar vocea a devenit dulce şi mlădioasă încât se aşează ca un voal peste misterele tuturor lucrurilor, atunci se ţese pe sine însuşi ca veştmânt spiritual (Majavirupa), în care se îmbracă sunetul delicat al Maestrului. Cu fiecare gând pe care omul îl dedică adevărului interior al lucrurilor în înţelesul autentic al cuvântului el ţese un fir pentru veşmântul în care să se poată îmbrăca Maestrul care îi apare. Cine se face el însuşi mesager al lumii, organ prin care vorbesc adâncurile enigmelor universale, acela îşi "revarsă viaţa sufletului său în lume", sângele inimii sale îi udă picioarele pentru ca ele să-l ducă grabnic acolo unde trebuie acţionat. Şi când *sufletul* se află acolo unde eul inferior *nu este*, şi când nu se află acolo unde omul *stă* bucurându-se, ci acolo unde l-au dus picioarele lui *active*, atunci apare şi aici Maestrul.

"*Şi înainte ca sufletul să poată sta în faţa lor, sângele inimii lor trebuie să le stropească picioarele.*"

Cine *rămâne pe loc* în sinea sa, nu poate găsi maestrul; cine vrea să-l găsească, trebuie să lase puterea sufletului său sângele inimii sale să curgă în acţiunea sa, în picioarele sale active.

Acesta este *primul* sens al celor patru învăţături fundamentale. Celui care cu trăieşte acest sens, îi poate fi dezvăluit şi al doilea, şi apoi şi celelalte. Căci aceste învăţături sunt adevăruri oculte, şi fiecare adevăr ocult are cel puţin şapte sensuri.

A doua parte a exegezei se referă la tezele 17 şi 18 din capitolul al II-lea:

> 17. "Întreabă lăuntrul cel mai intim, pe Unicul, despre ultimul din misterele sale, care te înconjoară de milenii.
> Lupta cea mare şi grea, biruirea dorinţelor propriului tău suflet, este o muncă de milenii. De aceea nu aştepta preţul victoriei înainte de a mai fi adunat experienţa mileniilor. Vine apoi timpul ca această ultimă învăţătură să se prefacă în adevăr: omul păşeşte atunci peste pragul care-l ridică deasupra umanităţii".

Capitolul II. Nr. 17. În aceste ultime paragrafe din capitolul al II-lea din "Lumina pe cale" este cuprinsă o înţelepciune de cea mai profundă calitate. În Nr. 17 este conţinut îndemnul de a întreba "lăuntrul cel mai intim", "Unicul", despre "ultimul din tainele sale". Cine luminează adâncurile acestui " cel mai intim lăuntru", găseşte într-adevăr rezultatele unor "milenii". Căci ceea ce este omul azi, a devenit de-a lungul multor milenii. Lăuntrul cel mai intim a trecut prin lumi, iar fructele pe care le-a adus cu el din aceste lumi stau ascunse în sânul său. Faptul că lăuntrul cel mai intim al nostru este azi aşa cum este, îl datorează împrejurării că nenumărate acţiuni plăsmuitoare au concurat la constituirea sa, că a străbătut multe domenii şi că din aceste domenii şi-a format mereu şi mereu organe. Prin aceste organe a intrat el în relaţie cu lumile care atunci l-au înconjurat. Iar cele dobândite de el prin această relaţie le-a luat dincolo, în noile lumi, pentru ca înzestrat cu cuceririle dinainte, să aibă, pe noile trepte, trăiri tot mai bogate. Iar astăzi utilizăm sâmburele fiinţial astfel diferenţiat al lăuntrului nostru cel mai intim, pentru a avea o sumă de trăiri pe "planeta" pe care o numim "Pământ".

Toate evenimentele de pe "planeta Lună" şi cele de dinainte se află în lăuntrul nostru cel mai intim. Se aflau deja în el, când acesta, trecând printr-o Pralaya evoluă la stadiul "Pământ". Aceste evenimente trăiau în natura Pitri a acestui lăuntru, precum în sămânţa de crin se află latent întregul crin. Această sămânţă de crin este bineînţeles ceva vizibil cu ochii fizici. "Sămânţa Pitri", care a trecut de pe "Lună" pe "Pământ" prin somn, era însă întrupată în materie de cea mai înaltă speţă, perceptibilă numai "ochiului deschis pentru Dangma". Dar după cum sămânţa de crin, dacă este sădită în pământ potrivit, rânduieşte substanţele din pământ, apă, aer, în aşa fel încât se formează un nou crin, tot astfel "sămânţa Pitri" rânduieşte, de-a lungul ciclurilor sale prin existenţa pământească substanţele în aşa fel încât, în decursul acelor cicluri, să se ivească tot mai mult "omul" deplin care, după încheierea acelei de-a şasea şi la începutul celei de-a şaptea ere pământeşti, va putea într-adevăr să fie numit "chip al lui Dumnezeu". Până la mijlocul celei de-a patra ere, până la sfârşitul timpului lemurian, sămânţa omenească Pitri îşi împarte munca asupra propriului ei organism cu "formatori" de rang absolut şi superior; din acest moment însă, tot mai mult trebuie ca însuşi "lăuntrul cel mai intim" al omului să ia asupră-şi această muncă. În legătură cu ea, K. H. spune următoarele: Tot ce ai "tu" de făcut este să devii "pe deplin om". Fiindcă, să ştii: doar după natura ta fizică eşti acum aproape om. Căci şi după natura ta fizică vei fi pe deplin om de abia la sfârşitul celei de-a patra ere. Încă neorganizate, încă haotice sunt însă trupul tău astral, trupul tău mental şi trupul Eului (Manas superior). Tot aşa de desăvârşite precum trupul tău fizic, după a patra eră, trebuie să fie trupul tău astral, după a cincea, trupul tău mental după a şasea, şi trupul tău arupic (mental superior) după a şaptea eră, când îţi vei fi atins menirea, la sfârşitul ciclurilor pământeşti. Şi numai atunci *când* ai atins această menire, poţi trece pe pl aneta următoare ca un Pitri terestru normal.

Dar cei care vor să meargă pe cărarea ocultă trebuie să lucreze conştient din ce în ce mai mult la această întreită organizare a trupurilor lor superioare din "lăuntrul cel mai intim". Acesta este sensul meditării.

Îţi (constitui) organizezi *trupul astral* prin ridicarea la Sinea superioară şi prin autoexaminare. După cum forţele din afara omului au lucrat în erele trecute pentru a construi organele trupului fizic de azi, tot aşa sinea superioară a omului lăuntric lucrează la trupul astral, pentru ca acesta să devină un "chip al Divinităţii" sau "om deplin". Atunci va fi el apt să trăiască prin organele *sale* misterele lumilor superioare aşa cum trăieşte trupul fizic, prin organele *sale* de simţ, misterele lumii fizic-minerale. Ne examinăm seara în legătură cu cele trăite în timpul zilei. Prin formula cunoscută ne ridicăm la "Sinea superioară". Prin ambele activităţi lucrăm la organizarea, la construirea corpului nostru astral. Doar aşa facem din el un organism astral, un corp cu organe, în timp ce înainte era numai un fel de purtător. "Formula" aceasta este următoarea:

> "Mai strălucitoare decât Soarele, [Nota 39]
> Mai curată decât zăpada,
> Mai subtilă decât eterul,
> Este Sinea,
> Spiritul din inima mea.
> Această Sine sunt eu,
> Eu sunt această Sine."
>
> "Strahlender als die Sonne,
> Reiner als der Schnee,

Feiner als der Äther,
Ist das Selbst,
Der Geist, inmitten meines Herzens.
Ich bin dises Selbst.
Dieses Selbst bin Ich."

Prin aceasta, firește, se deschide privirea asupra ceea ce mai departe, în paragraful 17, se numește "muncă de milenii". După cum milenii au fost necesare până ce a fost realizată asemănarea exterioară fizică, tot așa va fi necesară o muncă de milenii până ce se va obține această asemănare pentru corpurile superioare. Abia atunci va sta omul pe "pragul care-l ridică dincolo de umanitate". Iar în a șaptea eră el trebuie să ajungă tot așa la acest prag, cum la sfârșitul epocii lunare a trebuit să se afle pe pragul care l-a ridicat deasupra calității lunare Pitri.

Prin meditarea mentală asupra unei fraze din scrierile inspirate, meditatorul își organizează trupul mental. Când își ia asemenea fraze pentru meditație din Bhagavad Gita, sau din alte scrieri pe care literatura teosofică i le pune la îndemână, atunci lucrează la organizarea acestui trup mental al său. Trebuie mereu subliniat că în această meditație se cere mult mai puțin să prelucrezi în mod rațional fraza *acest* lucru trebuie făcut separat în afara meditației propriu zise, cât să *trăiești* cu ea în orizontul pe deplin liber al conștienței. Ea trebuie să ne spună ce are de spus. Noi să fim cei care primesc de la ea. Dacă este o frază inspirată, începe să trăiască în conștiența noastră, să curgă din ea viață, devine în noi plenitudine, își dezvăluie un conținut pe care înainte nu-l bănuiai. Cât timp speculăm asupra ei, tot nu putem pune în ea decât ceea ce este deja în noi. Așa însă nu putem înainta.

Organizarea trupului eului depinde de latura devoțională a meditației noastre. Cu cât obținem mai mult prin această devoțiune, cu cât e ea mai profundă, mai gravă, cu atât vom deveni mai asemănători cu entitatea care trebuie să fim când plecăm din viața noastră planetară în vederea misiunilor care ne vor fi încredințate într-o existență ulterioară.

> 18. "Știința pe care acum o numești a ta proprie, este proprietatea ta numai deoarece sufletul tău s-a topit în Unic împreună cu toate sufletele și a devenit una cu lăuntrul cel mai intim. Este o comoară încredințată ție de sferele cele mai înalte. Dacă însă înșeli această încredere, dacă folosești rău știința ta, dacă o lași să dormiteze atunci când ar trebui s-o folosești, este cu totul posibil să cazi și de pe înălțimea pe care ai cucerit-o. Unii venerabili, chiar pe prag, dau înapoi, incapabili de a purta răspunderea și de a se avânta mai sus. De aceea gândește-te mereu cu teamă sfântă și cutremurare la acest moment și pregătește-te dinainte pentru luptă".

Nr. 18. Trebuie să trăim sentimentul că suntem una cu tot ce trăiește. Trebuie să ne fie limpede că ceea ce numim unicitatea noastră nu are viață *atunci când* vrea să fie o unicitate. Ea are atunci tot atât de puțină viață pe cât ar avea degetul nostru cel mic dacă ar fi rupt de organism. Și ceea ce ar fi pentru degetul mic al nostru amputarea fizic senzorială, ar fi pentru ființa noastră unică o știință care ar vrea să se refere numai la această singularitate. Noi am fost *una* când, înlăuntrul unei atotdumnezeiești existențe, am trecut pe planeta care era a treia înaintea Pământului; eram înlăuntrul existenței atotdumnezeiești și totuși o singularitate, așa cum într-o simfonie fiecare ton este o singularitate și totuși una cu întreaga simfonie. Și ceea ce suntem chemați să numim singularitatea noastră, trebuie să lase să acționeze asupra ei ceea ce întâlnește în cele 343 de lumi prin care trece (șapte planete, șapte ere pe fiecare planetă, șapte așa zise globuri la fiecare eră =7x7x7 metamorfoze =343).

Ceea ce suntem în stare să trăim aici este pus în noi ca *predispoziție* de la *început*. Și aceasta este comoara "încredințată ție de sferele cele mai înalte". Iar această comoară ce ne-a fost încredințată trebuie s-o punem în armonie cu simfonia planetară. O trăire se va oferi iarăși și iarăși celui care înțelege pe deplin *aceste* lucruri. Orice adâncire în interiorul nostru rămâne nefructuoasă, goală, dacă vrem s-o avem doar pentru noi înșine. A tinde spre desăvârșirea *noastră*, înseamnă totuși să ne lăsăm pradă doar unui egoism superior. Știința noastră trebuie să curgă neîncetat din noi. Să nu se înțeleagă că trebuie neapărat să-i învățăm mereu pe ceilalți. Acest lucru trebuie să-l facă fiecare om cum poate și când poate. Dar cel mai mic amănunt din viața cotidiană poate deveni un rezultat viu al științei altruist câștigate. Și când am ajuns *aici*, să trăim sentimentul că întreaga viață este una, că toate separatismele nu-și au baza decât în maya: atunci vom câștiga adâncirea noastră în interior împreună cu sentimentul viu că eul nostru trebuie să iradieze în această viață trăită de toate într-unul. Atunci însă adâncirea noastră va fi totdeauna răsplătită prin rodnicie. Atunci suntem siguri că nu putem cădea. Cine caută să obțină știința numai pentru a ști, numai de dragul propriei sale desăvârșiri, numai pentru a ajunge mai departe pe scara existenței, acela poate încă să cadă, chiar dacă el se va fi ridicat foarte sus. Și înainte de toate trebuie să fim conștienți de "responsabilitatea" ce ne-o asumăm prin dobândirea cunoașterii superioare. Posibilitatea de dezvoltare pe drumul evolutiv i-a fost dată omenirii numai într-o anumită măsură. De aceea, dacă ne facem mai desăvârșiți, dacă ne însușim o parte a desăvârșirii mai curând decât ar fi posibil într-o progresie normală, *luăm* așadar din măsura colectivă a umanității ceva pentru noi. Facem talerul balanței să coboare de partea noastră; de partea cealaltă cântarul se va ridica. Numai *dând* într-un anume fel putem compensa ceea ce *am luat*. Dar de aceea nici nu trebuie să credem că ar fi mai bine să nu luăm. A te feri să iei pentru ca să fi scutit de datoria de a da, tot egoism înseamnă.

A nu lua și a nu da, înseamnă *moarte*; însă noi trebuie să-i *slujim vieții*. Trebuie să obținem posibilitatea de a da; de aceea trebuie să ne încărcăm cu răspunderea luării. Să fim doar conștienți în fiecare clipă de această răspundere. Să ne gândim neîncetat la felul cum putem da cel mai bine, dacă am luat.

Asta duce la o "luptă", la o luptă serioasă, sfântă. Dar *această* luptă trebuie să fie. Nu *ne este îngăduit* să ne ferim de ea. Să ne pregătim necontenit pentru această luptă. Îndeosebi înalta importanță a *acestei lupte* a fost și este înfățișată discipolilor tuturor școlilor inițiatice. Ei sunt îndemnați să se umple, să se pătrundă de conștienta acestei lupte. Dacă lăuntrul nostru cel mai intim respiră viața acestei lupte ca dispoziție fundamentală a sufletului, în acest lăuntru prinde contur văzul interior și auzul interior. Iar dacă izbutim să rămânem liniștiți, cu *totul liniștiți* pe acest câmp de luptă, încep să fulgere pe cerul nostru astral și mental mistere superioare. Atunci apar în noi simboluri de sentimente, gânduri, care ne semnalizează realități sesizabile spiritual; și din ceața acestor realități sesizabile spiritual răsună vocea maestrului, se conturează figura maestrului. Începe pentru noi *comunicarea* superioară. Începem să nu mai fim doar co-actori în lume, devenind pentru ea vestitori (Angelos).

Ceea ce a fost expus aici ca exegeză la Nr. 18 este realitate frază cu frază, realitate superioară care trebuie trăită. Iar cine se pătrunde de înțelesul acestei fraze în acest fel, devine un cetățean al lumilor superioare.

Meditație în legătură cu "Lumina pe cale" [Nota 40]

Dimineața:

1. AUM

2. Ridicarea la sinea superioară prin formula:

"Mai strălucitoare decât Soarele,
Mai curată decât zăpada,
Mai subtilă decât eterul
Este Sinea,
Spiritul din inima mea.
Eu sunt această Sine. Această Sine sunt eu."

3. Meditaţie contemplativă la "Lumina pe cale"
a) 14 zile: "Înainte ca ochiul..."
b) 14 zile: "Înainte ca urechea..."
c) 14 zile: "Înainte ca vocea..."
d) 14 zile: "Înainte ca sufletul..."

4. Dăruire devoţională unui ideal absolut demn de veneraţie.

Seara:

Privire retrospectivă. A se începe cu ultimele trăiri şi acţiuni ale serii, continuând şirul lor invers până dimineaţa.

Exegeză la "Vocea liniştii" de H. P. Blavatsky [Nota 41]

Unui discipol care venea din vechea Societate Teosofică, Rudolf Steiner i-a indicat ca subiect de meditaţie mica scriere a Elenei Petrovna Blavatsky. "Vocea liniştii" (comp. pag. 151 ş.u.)

"...aşa încât în primele 14 zile, primele două fraze ale scrierii să se afle în orizontul conştienţei. Le am în vedere (omiţând fraza de la început) pe următoarele :

> Cine vrea să înţeleagă vocea spiritului din afara sa, trebuie să trăiască mai întâi esenţa propriului său spirit.
>
> Când căutătorul nu vrea să mai audă numai lumea simţurilor, trebuie să îl caute pe acela care produce această lume, trebuie să trăiască în gânduri care fac din lumea simţurilor o lume a aparenţei.

Nu trebuie să faci speculaţii asupra acestor fraze ci să trăieşti în ele câteva minute. Pentru aceasta trebuie să-ţi fi însuşit în prealabil conţinutul lor într-un asemenea grad, încât să-l poţi cuprinde într-o singură privire spirituală, să-l aşezi spiritual în faţa ta şi, fără să-l scormoneşti raţional, dăruindu-i-te, să-l laşi să acţioneze asupra ta. Căci meditaţia devine rodnică numai prin aceea că laşi gândurile de meditat să se reverse în deplină linişte asupra ta... "

(Scrisoare din 14 aprilie 1904)

"...Vă rog acum ca şi în următoarele săptămâni să meditaţi fragmente din "Vocea liniştii" care preced cele şapte voci. Voi da o interpretare a acestor şapte voci în următoarele zile şi atunci veţi căpăta un prim exemplar al interpretării."

(Scrisoare din 14 mai 1904)

"... Starea de spirit cea potrivită este răbdarea... Dispoziţia aşteptării ne accelerează paşii.

Sunteţi de părere că este inutil să repetaţi în meditaţie cuvintele care sunt de la sine înţelese. Nu e însă aşa. Ar fi inutil, dacă ar fi vorba de ştiinţă. Dar ceea ce e important în cazul de faţă, este să trăieşti *prin tine însuţi* ceea ce trebuie să fii şi ceea ce trebuie să faci din proprie iniţiativă din tine. Veţi afla mai îndeaproape despre acestea din adaosurile pe care vi le-am promis la "Vocea liniştii" şi pe care vi le anexez astăzi".

(Scrisoare din 11 august 1904)

"Adaosurile" ce urmează se referă la începutul scrierii "Vocii liniştii" de H. P. Blavatsky, într-o traducere folosită de Rudolf Steiner şi reprodusă de el în anexa la exegeză, traducere scrisă de o mână necunoscută, care însoţeşte manuscrisul exegezei lui Rudolf Steiner. Această traducere diferă mult de cea a lui Franz Hartmann, Editura Lotus, Leipzig (fără an). Se poate presupune că traducerea utilizată a apărut în legătură cu Rudolf Steiner.

În prima frază a "Vocii liniştii" se vorbeşte despre forţele sufleteşti inferioare (Iddhis sau Siddhis) Şi se face aluzie la "primejdiile acestor forţe sufleteşti". Aş vrea mai întâi să precizez că mica scriere "Vocea liniştii" este menită a sluji ca temă de meditaţie. E cu totul un produs al *ştiinţei ocult*e. Iar ştiinţa ocultă este ştiinţă vie, adică ea acţionează ca o forţă asupra întregului om, când acesta se pătrunde de ea meditând. Dar, cum am mai spus deja o dată, e vorba nu de prelua şi de a diseca raţional această ştiinţă, ci de a ne dărui pe deplin ei. Capătă fructul meditaţiei doar cel care reuşeşte să elibereze pentru scurt timp câmpul conştienţei de toate impresiile cotidiene, timp în care se umple pe deplin cu gândurile meditaţiei.

Aş vrea acum să vă atrag atenţia asupra unor lucruri care stau ca ştiinţă ocultă la baza "Vocii liniştii". Dar trebuie să precizez foarte categoric că nu e vorba de a supune unor reflecţii speculative această ştiinţă în momentele de cufundare meditativă în frazele din "Vocea liniştii", ci de o însuşire a acestei ştiinţe în timpul din afara meditaţiei. Atunci ea devine o parte integrantă a sufletului nostru, şi acţionează în noi chiar şi când n-o desfăşurăm în gânduri amănunţite în timpul meditaţiei.

Toate sentinţele cu adevărat oculte se bazează pe cunoaşterea dezvoltării universale şi provin din această ştiinţă care-l vede pe om în

concordanţă cu Unicul Toate Vieţuitor, ce se trăieşte pe sine în forme mereu noi. Dar omul trebuie să se recunoască a fi una din aceste forme. El trebuie să înveţe a înţelege că procesele evolutive ale unui trecut îndelungat s-au integrat fiinţei sale şi că el însuşi constituie forma de trecere spre stări superioare.

Aşa cum este azi, omul e alcătuit dintr-o serie de corpuri: corpurile fizic, astral şi cel spiritual inferior precum şi corpul spiritual superior. Corpuri şi mai înalte sunt deocamdată în el doar schiţate. Numai atunci are omul o imagine justă despre sine când ştie că anumite corpuri nu au ajuns la acelaşi grad de desăvârşire. Căci chiar dacă, de pildă, corpul astral e la un nivel mai înalt decât corpul fizic, corpul astral *de astăzi* al omului este totuşi inferior corpului fizic. Trebuie făcută distincţia între desăvârşirea relativă şi desăvârşirea absolută. Corpul fizic al omului se află azi, *în felul său*, pe o anumită înălţime a desăvârşirii, şi va fi cu totul desăvârşit când actuala aşa-zisa "rundă" a Pământului nostru va fi ajuns la sfârşit. Corpul astral mai stă însă azi pe o treaptă inferioară a desăvârşirii şi doar în a cincea rundă va fi tot atât de departe, pe cât este azi trupul fizic *în felul său*. În felul lor, mai rămase în urmă sunt apoi corpurile superioare. De aceea putem spune: omul trebuie să lucreze încă mult asupră-şi pentru ca şi corpurile sale superioare să devină tot atât de organizate, tot atât de formate precum este corpul fizic. În esenţă omul nu poate azi să greşească atât de mult faţă de organizarea lui fizică, precum poate s-o facă faţă de corpurile sale superioare. Îţi poţi desigur vătăma şi organizarea fizică; dar vătămarea corpurilor superioare e cu totul altceva. Căci aceste corpuri superioare sunt încă într-o stare embrionară iar când acţionăm asupra lor, acţionăm asupra unor predispoziţii, iar nu asupra unor organe care au dobândit, până la un anumit grad, o formă finală în împărăţia naturii. Organizăm corpurile noastre superioare prin felul în care gândim, cum percepem, cum simţim, cum dorim. Facem aceasta în acelaşi fel cum au făcut-o forţele naturii, în timpuri de mult trecute, când au format organele noastre fizice: plămânii, inima, ochii, urechile ş.a.m.d. din formaţiuni inferioare. Trebuie să ne considerăm continuatori ai naturii pe planurile superioare. Există îndrumări ca "Vocea liniştii" pentru ca să ne direcţionăm gândurile, dorinţele, senzaţiile, sentimentele aşa încât să ne organizăm *noi* înşine corpurile noastre superioare în felul în care natura a organizat corpul nostru fizic. Şi ne punem pe făgaşul justei dezvoltări când lăsăm, în timpul meditaţiei, să acţioneze asupra noastră asemenea fraze. Căci aceste fraze sunt tocmai forţe spirituale ale naturii care ne conduc, şi prin care ne conducem noi înşine. Dacă ne conducem după ele, atunci corpurile noastre superioare se organizează şi dobândim organe de percepţie şi acţiune pentru planurile superioare, devenim văzători, auditori şi activi pe planurile superioare, cum am devenit, pe planul fizic, prin forţele naturii, văzători, auditori şi activi. Trebuie recunoscut că într-o asemenea dezvoltare există "primejdii". Ele vin din partea forţelor sufleteşti aşa zis inferioare, când forţa spirituală nu este îndreptată în direcţia corespunzătoare. "Vocea liniştii" a fost scrisă ca să poată fi găsită această direcţie.

Apare *de asemenea* o primejdie pentru om, dacă se lasă cuprins de un sentiment incorect faţă de fraza că "lumea exterioară" e doar o lume a aparenţei. Desigur, într-un anumit sens, lucrurile aşa stau. Dar omul nu e chemat să se retragă din această "lume exterioară" şi să se refugieze în lumi superioare. Trebuie să ne câştigăm posibilitatea de a privi în lumile superioare, dar trebuie să ne fie limpede că ceea ce trebuie să căutăm în aceste lumi superioare sunt *cauzele* efectelor în lumea *noastră* fizică. Să ne reamintim neîncetat că trebuie să ne adâncim în propriul nostru spirit. Printr-o asemenea adâncire învăţăm să înţelegem spiritul care ne vorbeşte în afara noastră prin fiecare frunză, prin fiecare animal, prin fiecare om. Ar fi greşit dacă am căuta spiritul şi am desconsidera organele sale, care sunt fenomenele şi procesele *acestei* lumi. Impulsurile, motivele acţiunii în această lume trebuie să le scoatem din planurile superioare; acţiunea însăşi, în perioada dintre naştere şi moarte, trebuie să fie în *această* lume. Nu trebuie să dispreţuim lumea, ci s-o iubim; dar nu trebuie să o iubim aşa cum apare ea doar simţurilor fizice, trebuie să învăţăm zi de zi, ceas de ceas, cum este ea o *expresie* a spiritului. Să căutăm pretutindeni, în sensul celei de-a treia fraze din "Vocea liniştii", "Zămislitorul" aflat pe un plan mai înalt. Desigur, lumea simţurilor devine în felul acesta o lume a aparenţei. Dar numai în măsura în care omul o priveşte în mod obişnuit. De pildă: vedem un răufăcător. Privindu-l aşa cum cei mai mulţi oameni privesc un asemenea om, vedem doar o *aparenţă*. Învăţăm să cunoaştem adevărul despre răufăcător atunci când ne îndreptăm spre el o privire inspirată de lumile superioare. Când privim adânc în viaţa lumii, se schimbă toate sentimentele, toate trăirile noastre faţă de realitatea care ne înconjoară. Şi printr-o asemenea cunoaştere devenim destoinici pentru lumea reală în care trăim. Va trebui să înţelegem din ce în ce mai mult, că suntem mult mai puţin chemaţi mai întâi să îndreptăm lumea, cât opiniile noastre părelnice despre lume. Putem interveni corectiv în lume doar atunci când ne-am corectat pe noi înşine, răzbătând de la opiniile false la cele adevărate. De aceea se spune în "Vocea liniştii": "Doar atunci, doar atunci se va închide simţirea faţă de domeniul greşelii şi se va deschide domeniului adevărului, când omul nu va mai percepe multele entităţi ale aparenţei ca atare, ci îşi va îndrepta privirea spre singurul adevărat."

"Spiritul creator" lucrează în afară, în jurul nostru; dar spiritul lucrează şi înlăuntrul nostru. Lumea exterioară ne va dezvălui mereu acest Spirit creator, dacă dobândim "firul de argint" care ne leagă pe noi înşine de spiritul creator. De aceea trebuie să ascultăm la tot ce răzbate până la urechea noastră, trebuie să privim atent la tot ce se înfăţişează ochiului nostru: niciodată însă să nu ne lăsăm dirijaţi din afară, ci să ne fie limpede că înlăuntru se află interpretul, dirijorul care pune toate cele din afară în lumina justă. Prin ruperea "firului de argint" din lăuntru noi înşine transformăm lumea exterioară într-o lume a aparenţei care apoi ne înşeală la fiecare pas; prin menţinerea legăturii interioare cu izvorul spiritului, se revarsă pentru noi şi toată lumina adevărului asupra lumii exterioare.

Trebuie să cercetăm în spiritul propriu: atunci ni se deschide spiritul lumii. De obicei nu se acceptă că acesta este drumul pe care se poate ajunge la vederea în lumile superioare. Şi totuşi acesta este.

"Sălile" din "Vocea liniştii" sunt adevărate trăiri ale cunoaşterii de sine a omului.

Este important să ne reprezentăm clar în faţa sufletului treptele desemnate aici. Nu este vorba de a înţelege în mod raţional sensul avut în vedere cu aceste "săli". Trebuie să *trăim* acest sens. A înţelege este cel mai mic lucru; iar această înţelegere nu deschide nici un fel de forţe superioare. Dar chiar când credem că am înţeles de mult, să *trăim* mereu şi mereu acest sens: aceasta deschide. Ocultiştii experimentaţi ştiu că înţelegerea aforismelor nu înseamnă nimic. De aceea orice ocultist va lăsa să trăiască mereu şi mereu în el ceea ce a fost de mult înţeles. Şi nici unui adevărat ocultist nu-i este îngăduit să neglijeze a trăi *zilnic* în mod meditativ cu cele mai importante şi mai simple adevăruri. Aceasta nu îi dă ştiinţa în sensul lumesc, ci *forţă* şi *viaţă* în sens ocult. Aşa cum iubeşti un copil deşi îl ai zilnic în faţa ta şi îl cunoşti cât se poate de bine, aşa iubeşte ocultismul adevărurile şi trebuie să fie zilnic cu ele, să *trăiască* cu ele. De aceea ştiinţa ocultă este diferită de întreaga ştiinţă exterioară învăţată a simplei civilizaţii. Aceasta odată asimilată, ai terminat, ca să zic aşa, cu *înţelegerea* ei. Nu aşa stau lucrurile cu ştiinţa ocultă. O ai mereu în ambianţa ta vie, chiar şi când o cunoşti, aşa cum pe copil îl cuprinzi afectuos chiar când îl cunoşti de mult.

"Prima sală" ne arată că punctul nostru obişnuit de pornire este *neştiinţa*. Iar neştiinţa trebuie să rămână partea noastră dacă ne oprim la ceea ce ne-a revenit, ca să zicem aşa, prin natură. Chiar şi toată ştiinţa exterioară este numai o adunare a ceea ce produce neştiinţa. Câtă vreme nu suntem în clar asupra faptului că în ciuda multei ştiinţe putem totuşi persista în neştiinţă, adevărata înţelepciune şi progresul însuşi sunt pentru noi imposibile. Este important să ne pătrundem în mod viu de atitudinea că trebuie să fim "învăţăcei". La fiecare pas viaţa trebuie să ne fie o şcoală. Atunci trăim viaţa în a *doua sală*. Toate raporturile noastre cu lumea se schimbă sub influenţa unei asemenea atitudini. Avem atunci convingerea că putem învăţa de la *toate* cele ce ni se înfăţişează. Şi devenim elevi ai vieţii unitare care ni se revelează continuu. Şi abia aşa învăţăm să iubim; să iubim Totul. Aşa se topeşte mania izolării surghiunită în sinea *mărginită*; aşa învăţăm: să nu ne oprim la durere şi bucurie ci să ne lăsăm învăţaţi de durere şi bucurie. Aşa ajungem să ne dăm seama că propriul nostru organism este un

organ de cuprindere, pentru întreaga lume. Ne dăm seama că sinea noastră adevărată nu este nicidecum identică cu acest organism; învăţăm să ne considerăm ca instrument prin care lumea acţionează asupra sinei noastre superioare, iar această sine superioară asupra lumii. Şi vom descoperi atunci destul de repede că această sine superioară este un mădular în organismul spiritual general şi încredinţat nouă ca zălog, aşa încât ne putem considera ca *trimişi* ai voinţei universale dumnezeieşti. Ne simţim din ce în ce mai mult ca misionari ai marelui spirit cosmic. Şi când simţim în felul *acesta*, simţim ceva din atmosfera din "*sala învăţăturii*". Atunci însă ne putem ridica şi la sentimentul pe care-l reprezintă cea de a treia sală aceea a "*înţelepciunii*". Trăim legătura cu spiritul universal şi observăm că ştiinţa cea mai înaltă se revarsă în interiorul nostru spre noi. Începem să îndrăznim a ne dărui cu totul acestui flux. Se deschid pentru noi porţile inspiraţiei. Ne vom conduce noi înşine cu adevărat, nu mai suntem conduşi de imboldurile lumii exterioare. În felul acesta ne *naştem din nou*. Căci, precum înainte eram copii ai lumii, acum devenim copii ai spiritului. Spiritul din lăuntru ne indică drumul. Se pogoară asupra noastră o infinită siguranţă şi linişte, nu succesul va decide comportarea noastră, ci numai considerarea a ceea ce este just. Şi acest sentiment de siguranţă interioară ne dă posibilitatea să privim în sala fericirii. Iar aici răsună atunci cele *şapte* voci.

Ca toate adevărurile oculte, aceste şapte voci au şi ele şapte semnificaţii. Şi urcăm tot mai sus spre semnificaţia supremă care, de fapt, nu mai e semnificaţie ci realitate spirituală. Trebuie însă mai întâi să te deschizi *trăind în tine* meditativ următoarele semnificaţii, apoi ţi se relevează şi semnificaţii superioare, iar la urmă realităţi.

Mai întâi prima interpretare (simbolic-alegorică).

1.) Simţind viu şi cufundându-te în această simţire vie, trebuie să-ţi înnoieşti necontenit sentimentul că lumea, aşa cum o vezi *deocamdată*, este exterioară, este o lume aparentă. Trebuie să ne cufundăm în credinţa vie că această lume ne va dezvălui din ce în ce mai mult adevărul şi pe ea însăşi dacă ne vom adânci în noi înşine. Nu ne va fi uşor să ne pătrundem pe dea-ntregul de o asemenea dispoziţie. Căci nu avem voie să uităm că această lume este totuşi a noastră, că suntem chemaţi totuşi să iubim această lume. Dacă ne-ar fi foarte uşor să ne despărţim de felul cum trăim în lume, această despărţire nu ar fi o jertfă. Am căuta atunci un nou fel de viaţă, doar aşa cum alergăm din schimbare în schimbare în viaţa obişnuită. De aceea vocea care ne vorbeşte în acest moment al despărţirii trebuie să fie cântul dulce al privighetorii; trebuie să aibă loc un adevărat rămas bun de la *sentimentele aparente ale vieţii*. Dacă ne putem pătrunde adesea şi îndelung de o asemenea stare sufletească, urcăm din ce în ce mai sus pe treptele desăvârşirii mistice.

Şi putem auzi în lucrurile acestei lumi cea de *a doua voce*. Lumea răsună pentru noi disonant câtă vreme trăim în sentimentele aparente. Judecăm, criticăm deoarece auzim disonanţele de la *suprafaţa* lucrurilor. Dar dacă înăbuşim receptivitatea faţă de disonanţe, înăbuşim şi înclinarea de a judeca, de a critica; şi ne cufundăm în acordul aflat la temelia lucrurilor. Învăţăm să înţelegem chiar şi răul. Învăţăm să ne dăm seama că răul este o forţă care se impune la locul nepotrivit. Dacă ar fi la locul potrivit, ar fi bună. Şi astfel, ceea ce înainte părea ca o disonanţă, la temelia lucrurilor se preface în armonie. Auzind şi înţelegând fără a judeca, fără a critica, face ca din linişte să se ridice spre noi al doilea sunet. Orice ocultist ştie ce infinit ajutor a însemnat pentru el strădania de a înţelege pretutindeni necritic, compătimitor; şi atunci a răsunat pentru el ţambalul de argint, care este doar acoperit de ceea ce un auz exterior culege de la suprafaţa lucrurilor.

"Pătrunde cu auzul tău *în* lăuntrul lucrurilor", aşa ne îndeamnă ocultistul. Dacă compari un lucru cu altul, poţi să-l găseşti pe unul desăvârşit, pe altul nedesăvârşit. Dar nu o asemenea comparaţie îţi va spune ce se află în lucruri, ci *al treilea sunet*, care e ascuns în fiecare lucru, precum sunetul în scoica de mare. Nu vei învăţa să înţelegi urâtul din natură, absurdul din viaţă, stricăciunea din om câtă vreme compari pe unul cu celălalt; ci când vei asculta specificul lăuntric, ascuns, al fiecărui lucru şi fiinţă în sine. Mergi în liniştea unde nu ţi se impune nimic care să te îndemne la comparaţie, şi fii spiritualmente *singur* cu fiecare fiinţă ; atunci "liniştea" îţi va releva sunetul înăbuşit din fiecare lucru şi fiinţă.

Şi după un asemenea exerciţiu se aşează o seriozitate asupra întregii noastre fiinţe şi demnităţi. Învăţăm să înţelegem lumea în seriozitatea şi demnitatea ei. Trebuie să se deştepte în noi ceva care ne face să simţim deplină seriozitate faţă de *toate* lucrurile. E momentul în care ni se revelează cum toate sunt o expresie a unui Tot demn de cea mai înaltă cinstire. Ne obişnuim să ne ridicăm privirea de la lucrul cel mai mic spre infinit, căci nu ne părăseşte gândul nici faţă de lucrul cel mai mic, că e o expresie a vorbirii universului care ni se adresează cu cea mai liniştită gravitate. Acest sentiment, prins în mod viu în meditaţia noastră, dă cel de-al patrulea sunet.

Dar apoi, după ce ne-am pregătit în felul acesta, încep să răsune pentru noi entităţile spirituale din lume; atunci răsună ca trompete, căci ceea ce ne răsună nu mai e doar taina unui lucru separat, ci sunetul Universului însuşi. Dacă lăsăm spiritul lumii să ni se adreseze, el răsună pentru noi din toate lucrurile, dar nu ca tonul izolat al acestor lucruri, ci ca armonie a universului. Acesta e al cincilea sunet.

Şi acest sunet poate să se intensifice. Pătrunde pentru noi de la fiinţă la fiinţă. Ne face vizibile misterele lumii. Dacă am înţeles că totul este revelaţia Spiritului Unic, putem să ne dăruim integral acestei revelaţii. Ne reprezentăm astfel lumea ca pe un sunet spiritual ce pătrunde peste tot şi găseşte peste tot un ecou. Aceasta este a şasea voce.

Trebuie să ajungem la trăirea spirituală, meditativă a reprezentărilor mai sus sugerate. Trebuie să fim liniştiţi cu noi înşine, total liniştiţi şi să aducem în mod viu în faţa noastră imaginile prin care sunt caracterizate sunetele în "Vocea liniştii", aşa încât să le putem asculta în mod imaginativ cu auzul spiritual. Şi totodată trebuie să ne pătrundem de gânduri ca cele care au fost date de mine aici, la exegeza sunetelor. Nu speculativ, ci dintr-o simţire vie. Atunci meditǎm just şi fructuos.

Iar la urmă lăsăm toate revelaţiile celor şase sunete să răsune împreună, într-unul singur. Căci nu trebuie să rămânem la *o singură* relaţie cu lumea, ci să fim universali. Şi cine aude deja vocea a şasea, trebuie să se întoarcă iarăşi la prima, a doua şi aşa mai departe. Numai când iubim particularul la fel ca şi armonia întregului ne apropiem de desăvârşire.

Din: VOCEA LINIŞTII
de H. P. Blavatsky

Această învăţătură este pentru cei ce nu cunosc pericolele pentru om ce se nasc din forţele lui sufleteşti inferioare.

Cel care vrea să audă vocea spiritului [Nota 42] în afara sa, trebuie să înţeleagă mai întâi esenţa propriului spirit.

Când discipolul nu mai consideră lumea percepţiilor ca lucrul principal, trebuie să-l caute pe producătorul acestor percepţii, pe zămislitorul gândurilor, pe cel care face din lumea simţurilor o lume a aparenţei.

Prin adâncirea gânditoare în sine este văzută aparenţa realului în toată nulitatea ei.

Aşa trebuie să îndepărteze discipolul aparenţa de la sine.

Căci:

Când a recunoscut aparenţa ca atribut al realului, va recunoaşte ce este în el însuşi aparenţă, aşa cum recunoşti că visul este vis iar nu realitate, de îndată ce te trezeşti, când nu mai percepe multiplele fiinţe ale aparenţei ca atare, privirea sa va fi îndreptată asupra *unicului* adevărat.

Numai atunci, abia atunci, simţirea sa se va închide împărăţiei falsului şi se va deschide împărăţiei adevărului.

Înainte ca sufletul să poată vedea, trebuie să fi dobândit pacea interioară, iar ochii trupeşti să fi tăcut exprimările lor.

Înainte ca sufletul să poată auzi, imaginea aparentă a omului trebuie să fi devenit surdă pentru ceea ce e zgomotos şi pentru ceea ce e abia perceptibil, pentru urletul strident al câinilor, ca şi pentru bâzâitul muştei.

Înainte ca sufletul să poată vedea spiritul şi să-şi amintească faptele sale, trebuie să fie unit cu ceea ce vorbeşte spiritual şi tace senzorial, aşa cum argila olarului trebuie să lase de o parte forţele naturii sale proprii şi să se unească cu spiritul olarului, dacă vrea să devină vas. Atunci sufletul va auzi şi va înţelege:

Vocea liniştii

şi va zice:

Dacă sufletul tău zâmbeşte în timp ce se mişcă în lumina solară a vieţii, ❙ dacă sufletul tău cântă în casa lui de carne şi materie ❙ dacă sufletul tău plânge în învelişul lui de aparenţă ❙ dacă sufletul tău a rupt firul de argint care-l leagă de spiritul creator, atunci, o învăţăcelule, el aparţine pământului.

Dacă sufletul tău ascultă zgomotul zilei, ❙ dacă sufletul tău se umple cu tumultul marii lumi a aparenţei, ❙ dacă sufletul tău, la strigătul durerii, se refugiază în sine asemenea broaştei ţestoase, care se sustrage cu teamă impresiilor din afară, atunci sufletul tău este o casă nevrednică de spirit.

Dacă însă, devenit mai puternic, sufletul tău se smulge învelişului material şi, părăsindu-l, formează mai departe firul de argint, dar leagă numai sinea sa, numai propria-i aparenţă de acesta, a fost înlănţuit în cea mai rea aparenţă.

Lumea materială, o, învăţăcelule, este locul ademenirii; ea te duce pe un drum de grele încercări; te amăgeşte cu credinţa că eul tău aparent ar fi eul tău real.

Această lume materială, o învăţăcelule, este numai o intrare spre lumină, o pregătire pentru locul adevăratei lumini, al acelei lumini, a cărei aparenţă nici o furtună n-o stinge şi care luminează fără fitil şi ulei.

Vocea înaltă a spiritului spune:

Vrei să vezi cum străluceşte sinea lumii: trebuie să vezi mai întâi lumina pâlpâindă, arzătoare a propriei tale sine. Ca să dobândeşti această cunoaştere trebuie să priveşti sinea aparent ca non-sine; atunci vei putea să te odihneşti în braţele fiinţei universale. În aceste braţe te aşteaptă o lumină care nu îşi aruncă razele sale asupra naşterii şi morţii, ci asupra a ceea ce trăieşte în veşnicii: *Aum*.

Predă-te în braţele fiinţei universale, dacă vrei să devii cunoscător.

Mori şi renaşte.

Trei săli, o, călătorule oprimat de aparenţe, te duc la capătul oprimării tale. Trei săli, o, biruitor al lumii aparenţelor, te vor ridica prin trei stări într-o a patra, iar apoi în cele şapte lumi, în lăcaşul veşnic al fericirii divine.

Dacă vrei să le ştii numele, atunci ţine minte:

Numele primei săli e *neştiinţa*.

E sala în care te-ai născut, în care trăieşti şi vei muri.

Numele celei de-a doua e *învăţătura*. În ea, sufletul tău va face cunoştinţă cu florile vieţii; dar în fiecare floare pândeşte un şarpe al ispitei.

Numele celei de-a treia săli este *înţelepciunea*; în spatele ei se întinde viaţa fără hotar a spiritului universal, a izvorului atotştiinţei.

Dacă vrei să străbaţi în siguranţă prima sală, nu-ţi lăsa sufletul înşelat, ca să-ţi faci din focul voluptăţii şi poftei ce arde în el lumina soarelui vieţii tale.

Dacă vrei să străbaţi în siguranţă cea de-a doua sală, nu te opri să respiri miresmele egoismului. Dacă vrei să fi liber de lanţurile care te leagă de lume, nu-ţi căuta conducător în lumea de aparenţe a sinei inferioare.

Înţelepţii se sustrag tentaţiilor lumii senzoriale.

Înţelepţii nu ascultă glasurile ispititoare ale lumii aparenţelor.

Numai dacă îţi cauţi renaşterea în sala înţelepciunii, găseşti lumina pe care nici o umbră n-o întunecă şi care luminează prin veşnicii cu o forţă care nu slăbeşte niciodată.

Caută ceea ce trăieşte necreat în tine; o vei găsi în această sală. Dacă vrei s-o vezi în lumina cea adevărată şi să devii una cu ea, trebuie să străvezi amăgirea aparenţei. Înăbuşe cele ce-ţi spun simţurile care locuiesc în carne, nu tolera ca vreo imagine pe care ţi-o formează simţurile să se interpună între tine şi această lumină; numai atunci poţi deveni una cu ea.

Şi când ai recunoscut amăgirea privirii tale senzoriale, du-te acolo unde doar se învaţă. Sala învăţăturii este plină de pericole, în frumuseţea ei amăgitoare; acela e locul încercării tale.

Fereşte-te ❙ în timp ce zăboveşti şovăitor în lumea eului aparent şi amăgitor ❙ să nu fi reţinut în această orbire.

Această lumină a eului-amăgitor străluceşte din fiinţa ispititorului. El te ţine captiv în lumea senzorială; îţi înşeală intelectul făcându-l să ia amăgirea senzorială drept adevăr, şi cel ispitit este azvârlit fără sine în amăgire.

Fluturele este atras de flacăra strălucitoare a lămpii tale de noapte şi moare lângă uleiul impur. Sufletul ademenit, pe care l-a înghiţit aparenţa, trebuie să se întoarcă la materie, pe care marele ispititor o schimbă din amăgire în adevăr.

Priveşte la mulţimea de suflete. Cunoaşte cum planează deasupra mării furtunoase a valurilor vieţii umane şi cum căzute pradă aparenţei, orbite de lumină, lipsite de forţă se cufundă, unul după altul, în valurile furtunoase. Azvârlite încoace şi încolo de vânturile creatoare de simţuri, mişcate de furtunile râvnitoare ale pornirilor sălbatice, aceste suflete cad în valurile ireale şi sunt înghiţite de vâltorile deşertăciunilor.

Dacă vrei să treci prin sala înţelepciunii în valea fericirii, o discipole, închide-ţi simţurile care-ţi prezintă aparenţa amăgitoare a multor lucruri şi te izolează de lucrurile în care spiritul universal sălăşluieşte ca în tine însuţi şi, în această izolare a ta îţi răpesc liniştea.

Nu lăsa ce e din cer născut în tine să se scufunde în valurile aparenţei şi să se întoarcă de la străbunii săi veşnici, ci lasă forţa arzătoare să se potolească intrând în cămara cea mai intimă, cămara inimii, sălaşul mamei universale.

Atunci va veni din întreg acea forţă în cea de-a şasea împărăţie, cea de mijloc, în spaţiul dintre ochii tăi. Atunci va începe să curgă acolo forţa sufletului universal, vocea care răsună în întregul univers, vocea Spiritului Creator.

Atunci vei putea deveni unul care alunecă peste valurile lumii senzoriale şi ale cărui tălpi nu sunt udate de apele aparenţei.

Înainte de a-ţi putea pune piciorul pe treptele cele mai de sus, pe scara sunetelor mistice, trebuie să auzi răsunând *înşeptita* voce a Dumnezeului lăuntric.

Prima voce răsună ca un cântec dulce de privighetoare; ea cântă un blând cântec de adio însoţitorilor din lumea aparenţelor a existenţei tale de până acum.

A doua voce vorbeşte, aidoma unui cinel de argint, despre armoniile entităţilor care conduc lumea.

A treia este un cântec melodios de jale, înăbuşit, ca sunetul captiv în scoica de mare.

Ca un sunet puternic, serios şi demn răsună cea de a patra voce.

A cincea se aude ca sunetul fluierelor din trestie de bambus, şi se ridică până la intensitatea sunetului de trompetă.

Ca un sunet de tunet într-un defileu stâncos te ia cu asalt a şasea voce.

În sunetul al şaptelea toate celelalte se sting. Ele s-au scurs imperceptibil în fiinţa lui.

Când cele şase voci au murit şi s-au aruncat la picioarele maestrului, abia atunci a devenit discipolul una cu *Cel Unic*; el trăieşte în acesta şi acesta trăieşte în el.

Înainte de putea păşi pe acest drum, trebuie să stingi tot jăraticul pornirilor tale; gândurile râvnitoare trebuie să le cureţi iar inima să ţi-o cufunzi în castitate.

Undele pure ale vieţii veşnice, transparente precum cristalul, nu suferă nici un amestec cu valurile senzoriale tulburi ale lumii inferioare.

Roua cerului din sânul florii de lotus, strălucind primar în prima rază a soarelui de dimineaţă, devine şi ea, după ce a căzut pe pământ, o părticică din pulberea pământului; nobila perlă a ajuns o picătură murdară.

Stinge gândurile grele de dorinţă pentru ca nu cumva să sucombi sub presiunea dorinţelor din gândurile tale. Comportă-te cu ele fără dorinţă; dacă, în loc să le stingi le laşi să ardă, află că ele te vor aprinde pe tine însuţi întru râvnire şi-ţi vor ucide eul. Nu lăsa nici oglindirea gândurilor încărcate cu râvniri să se apropie de tine. Căci aceste umbre vor creşte; câştigând amploare şi forţă, vor prinde fiinţa ta în plasa lor, înainte ca tu să fi căpătat deplina conştienţă a odioasei lor prezenţe.

Înainte ca forţa mistică să-l poată trezi pe Dumnezeu în tine, trebuie să fi fost în stare să stingi în tine focul poftei.

Sinea materiei şi sinea spiritului nu se pot întâlni niciodată. Dacă una dintre ele trebuie să strălucească în tine, celălaltă trebuie să stea în întuneric; n-ai loc pentru amândouă.

Înainte ca forţa spiritului să poată percepe lumina interioară, iluzia personalităţii trebuie extirpată, iar viermele aparenţei senzoriale pentru totdeauna ucis.

Până ce nu te jertfeşti pentru cărare, nu poţi să mergi pe cărare.

Aşa cum caliciul lotusului îşi deschide inima soarelui strălucitor de dimineaţă, aşa să-ţi fie şi ţie deschis sufletul când spiritul universal te cheamă din creatura care suferă.

Nu lăsa nici o lacrimă să fie uscată de căldura soarelui, înainte ca tu s-o fi luat de la creatura care suferă.

Lasă suferinţele fiinţelor să intre în inima ta şi dă-le un loc de linişte; nu stinge în inima ta nici o compasiune, până ce nu s-a stins durerea care a născut-o.

Aceste lacrimi, o tu, a cărui inimă e plină de abnegaţie, sunt valurile care trăiesc iubirea veşnică. Din acest sol creşte floarea de miez de noapte a iubirii veşnice, mai greu de găsit şi mai rar de văzut decât floarea arborelui yoga. Dacă ai găsit-o, ai câştigat privirea în împărăţia ce nu este prinsă în lucirea aparenţei.

Ea îl eliberează pe vizionarul care iubeşte mistic, de lupta cu simţurile şi de plăcerea simţurilor; ea îl trage în sus peste câmpurile slabei existenţe omeneşti spre lăcaşurile păcii, unde înfloreşte altruismul cu putere dumnezeiască.

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

VI
EXEGEZE

Exegeză la "Lumina pe cale"
de Mabel Collins [Nota 38]

Explicaţiile de mai jos ale lui Rudolf Steiner se referă la primele fraze din "Lumina pe cale":

"Aceste învăţături au fost scrise pentru oricine caută adevărul.
Ţine seama de ele!
Înainte ca ochiul să poată vedea, trebuie să se fi dezobişnuit să plângă.
Înainte ca urechea să poată auzi, trebuie să-i dispară impresionabilitatea.
Înainte ca vocea să poată vorbi în faţa Maeştrilor, trebuie să se dezobişnuiască de a jigni.
Şi înainte ca sufletul să poată sta în faţa lor, sângele inimii lor trebuie să stropească picioarele."

Ceea ce intelectul (Kama Manas), orientat spre cele mărginite numeşte adevăr, este numai o subspecie a ceea ce discipolul esoteric "*caută* ca adevăr". Căci adevărul intelectului se referă la ceea ce *a devenit*, la ceea ce e *evident*. Iar evidentul e doar o parte a existenţei. Fiecare lucru al lumii noastre înconjurătoare este în acelaşi timp, produs, creatură (adică ceva devenit, evident) şi *germene* (invizibil, în devenire). Şi abia când examinezi un lucru sub ambele aspecte (de lucru devenit şi de lucru în devenire), îţi dai seama că este expresia *unei singure vieţi*, a vieţii care are timpul nu în afara ei, ci în ea. Tot aşa şi adevărul limitat este doar ceva *devenit*; el trebuie să fie însufleţit printr-un adevăr *în devenire*. Pe primul îl *înţelegi*, pe al doilea "îl iei în seamă". Toate adevărurile pur ştiinţifice aparţin primului gen. "Lumina pe cale" *nu este* scrisă pentru cel care caută *numai* asemenea adevăruri. Este scrisă pentru cei ce caută *acel* adevăr care este azi germene ca să devină mâine produs; şi pentru cei care nu cuprind lucrul devenit, ci *iau în seamă* lucrul în devenire. Dacă vrea cineva să înţeleagă învăţăturile din "Lumina pe cale", trebuie să le nască în sine şi să le iubească precum ceva din afara sa, aşa cum mama naşte copilul propriu şi-l iubeşte ca pe ceva exterior ei.

Primele patru învăţături deschid poarta de intrare în esoterism, dacă sunt înţelese. ❙ Cu ce întâmpină omul obiectele cunoaşterii sale? Cine se cercetează mereu va descoperi că bucuria şi durerea sunt răspunsul său la impresiile lumii sensibile şi suprasensibile. Ne lăsăm uşor cuprinşi de convingerea că am lepădat plăcerea şi neplăcerea. Trebuie însă să cobori în cele mai ascunse unghere ale sufletului şi să scoţi de acolo *plăcerea ta*, *neplăcerea ta*; căci cunoaşterea este posibilă numai dacă toate plăcerile şi neplăcerile de acest fel sunt consumate de fericirea sinei superioare. Unii gândesc: pe calea aceasta vom deveni oameni reci şi seci. Dar nu e cazul. O bucată de aur rămâne aceeaşi bucată de aur ❙ ca greutate şi culoare ❙, chiar când e transformată în bijuterie. Tot aşa şi Kama rămâne ceea ce este ❙ ca conţinut şi intensitate ❙, chiar şi când e modelată spiritual. Forţa Kamei nu trebuie extirpată, ci integrată conţinutului *focului divin*. De aceea delicata sensibilitate a ochiului nu trebuie să se reverse în lacrimi, ci să aurească impresiile primite. Resoarbe fiecare lacrimă şi împrumută strălucirea perlată pe care o are, razei ce pătrunde în ochi. Forţe irosite sunt plăcerea *ta* şi durerea *ta*; irosite pentru cunoaştere. Căci forţa care se scurge în această plăcere şi în această durere trebuie să pătrundă în obiectul cunoaşterii.

"*Înainte ca ochiul să poată vedea, trebuie să se dezobişnuiască să plângă*".

Cine îl mai detestă pe răufăcător în sensul obişnuit şi cine îl mai adoră pe sfânt în acest sens obişnuit, acela nu şi-a dezobişnuit ochiul de lacrimi. Arde-ţi toate lacrimile în voinţa de a ajuta. Nu plânge asupra celui oropsit, *dă-ţi seama* de situaţia lui şi ajută-l! Nu murmura în legătură cu cele rele; înţelege-le şi transformă-le în bune. Lacrimile tale nu fac decât să tulbure limpezimea pură a luminii. *Simţi* cu atât mai delicat cu cât eşti mai puţin *impresionabil*. Sunetul devine clar pentru ureche când această claritate nu este tulburată de entuziasmul, de simpatia care-l întâmpină la intrarea în ureche.

"*Înainte ca urechea să poată auzi trebuie să-i dispară impresionabilitatea*".

Altfel spus, aceasta înseamnă: lasă bătăile de inimă ale celuilalt să răsune în tine şi nu le tulbura prin pulsaţiile propriei tale inimi. Urechea trebuie s-o deschizi şi nu terminaţiile nervoase. Căci terminaţiile nervoase îţi vor spune dacă un sunet îţi este *plăcut* sau nu; dar urechea ta deschisă îţi va spune *cum* este sunetul însuşi. Când mergi la un bolnav lasă fiecare fibră a trupului *său* să-ţi vorbească, şi nimiceşte impresia pe care ţi-o face.

Şi cuprinzând primele două propoziţii: întoarce-ţi voinţa; las-o să devină cât se poate de puternică, dar nu-i îngădui să se reverse în lucruri ca *a ta*, ci informează-te mai întâi asupra esenţei lucrurilor şi dă-le apoi voinţa ta; fă ca atât tu cât şi voinţa ta să vă revărsaţi din lucruri. Intensitatea luminoasă a ochilor tăi să curgă din fiecare floare, din fiecare stea, dar ţie cu lacrimile tale pune-ţi frâu.

Dăruieşte cuvintele tale lucrurilor care sunt mute, pentru ca ele să vorbească prin tine. Căci aceste lucruri mute nu sunt o invitaţie pentru plăcerea ta, ci o invitaţie pentru acţiunea ta. Ele ţi se înfăţişează nu ca ceva ce a ajuns *devenit* fără tine, ci ca ceva ce trebuie să devină prin tine.

Şi atâta vreme cât impui dorinţa ta unui lucru, fără ca această dorinţă a ta să se fi născut din lucrul însuşi, răneşti acest lucru. Dar cât timp

mai răneşti pe cineva, nici un maestru nu te poate asculta. Căci maestrul îi ascultă numai pe aceia care au nevoie de el. Şi nu are nevoie de maestru cel ce intră cu forţa în lucruri. Sinea inferioară a omului este ca un ac ascuţit care vrea să se vâre pretutindeni. Câtă vreme vrea asta, nici un maestru nu va voi să îi asculte vocea.

"*Înainte ca vocea să poată vorbi în faţa maeştrilor, trebuie să se dezobişnuiască de a răni.*"

Câtă vreme acele ascuţite ale lui "*eu vreau*" mai ies la iveală din cuvintele omului, aceste cuvinte continuă să fie trimişi ai sinei sale inferioare. Când acele au fost îndepărtate iar vocea a devenit dulce şi mlădioasă încât se aşează ca un voal peste misterele tuturor lucrurilor, atunci se ţese pe sine însuşi ca veştmânt spiritual (Majavirupa), în care se îmbracă sunetul delicat al Maestrului. Cu fiecare gând pe care omul îl dedică adevărului interior al lucrurilor în înţelesul autentic al cuvântului el ţese un fir pentru veşmântul în care să se poată îmbrăca Maestrul care îi apare. Cine se face el însuşi mesager al lumii, organ prin care vorbesc adâncurile enigmelor universale, acela îşi "revarsă viaţa sufletului său în lume", sângele inimii sale îi udă picioarele pentru ca ele să-l ducă grabnic acolo unde trebuie acţionat. Şi când *sufletul* se află acolo unde eul inferior *nu este*, şi când nu se află acolo unde omul *stă* bucurându-se, ci acolo unde l-au dus picioarele lui *active*, atunci apare şi aici Maestrul.

"*Şi înainte ca sufletul să poată sta în faţa lor, sângele inimii lor trebuie să le stropească picioarele.*"

Cine *rămâne pe loc* în sinea sa, nu poate găsi maestrul; cine vrea să-l găsească, trebuie să lase puterea sufletului său sângele inimii sale să curgă în acţiunea sa, în picioarele sale active.

Acesta este *primul* sens al celor patru învăţături fundamentale. Celui care cu trăieşte acest sens, îi poate fi dezvăluit şi al doilea, şi apoi şi celelalte. Căci aceste învăţături sunt adevăruri oculte, şi fiecare adevăr ocult are cel puţin şapte sensuri.

A doua parte a exegezei se referă la tezele 17 şi 18 din capitolul al II-lea:

> 17. "Întreabă lăuntrul cel mai intim, pe Unicul, despre ultimul din misterele sale, care te înconjoară de milenii.
> Lupta cea mare şi grea, biruirea dorinţelor propriului tău suflet, este o muncă de milenii. De aceea nu aştepta preţul victoriei înainte de a mai fi adunat experienţa mileniilor. Vine apoi timpul ca această ultimă învăţătură să se prefacă în adevăr: omul păşeşte atunci peste pragul care-l ridică deasupra umanităţii".

Capitolul II. Nr. 17. În aceste ultime paragrafe din capitolul al II-lea din "Lumina pe cale" este cuprinsă o înţelepciune de cea mai profundă calitate. În Nr. 17 este conţinut îndemnul de a întreba "lăuntrul cel mai intim", "Unicul", despre "ultimul din tainele sale". Cine luminează adâncurile acestui " cel mai intim lăuntru", găseşte într-adevăr rezultatele unor "milenii". Căci ceea ce este omul azi, a devenit de-a lungul multor milenii. Lăuntrul cel mai intim a trecut prin lumi, iar fructele pe care le-a adus cu el din aceste lumi stau ascunse în sânul său. Faptul că lăuntrul cel mai intim al nostru este azi aşa cum este, îl datorează împrejurării că nenumărate acţiuni plăsmuitoare au concurat la constituirea sa, că a străbătut multe domenii şi că din aceste domenii şi-a format mereu şi mereu organe. Prin aceste organe a intrat el în relaţie cu lumile care atunci l-au înconjurat. Iar cele dobândite de el prin această relaţie le-a luat dincolo, în noile lumi, pentru ca înzestrat cu cuceririle dinainte, să aibă, pe noile trepte, trăiri tot mai bogate. Iar astăzi utilizăm sâmburele fiinţial astfel diferenţiat al lăuntrului nostru cel mai intim, pentru a avea o sumă de trăiri pe "planeta" pe care o numim "Pământ".

Toate evenimentele de pe "planeta Lună" şi cele de dinainte se află în lăuntrul nostru cel mai intim. Se aflau deja în el, când acesta, trecând printr-o Pralaya evoluă la stadiul "Pământ". Aceste evenimente trăiau în natura Pitri a acestui lăuntru, precum în sămânţa de crin se află latent întregul crin. Această sămânţă de crin este bineînţeles ceva vizibil cu ochii fizici. "Sămânţa Pitri", care a trecut de pe "Lună" pe "Pământ" prin somn, era însă întrupată în materie de cea mai înaltă speţă, perceptibilă numai "ochiului deschis pentru Dangma". Dar după cum sămânţa de crin, dacă este sădită în pământ potrivit, rânduieşte substanţele din pământ, apă, aer, în aşa fel încât se formează un nou crin, tot astfel "sămânţa Pitri" rânduieşte, de-a lungul ciclurilor sale prin existenţa pământească substanţele în aşa fel încât, în decursul acelor cicluri, să se ivească tot mai mult "omul" deplin care, după încheierea acelei de-a şasea şi la începutul celei de-a şaptea ere pământeşti, va putea într-adevăr să fie numit "chip al lui Dumnezeu". Până la mijlocul celei de-a patra ere, până la sfârşitul timpului lemurian, sămânţa omenească Pitri îşi împarte munca asupra propriului ei organism cu "formatori" de rang absolut şi superior; din acest moment însă, tot mai mult trebuie ca însuşi "lăuntrul cel mai intim" al omului să ia asupră-şi această muncă. În legătură cu ea, K. H. spune următoarele: Tot ce ai "tu" de făcut este să devii "pe deplin om". Fiindcă, să ştii: doar după natura ta fizică eşti acum aproape om. Căci şi după natura ta fizică vei fi pe deplin om de abia la sfârşitul celei de-a patra ere. Încă neorganizate, încă haotice sunt însă trupul tău astral, trupul tău mental şi trupul Eului (Manas superior). Tot aşa de desăvârşite precum trupul tău fizic, după a patra eră, trebuie să fie trupul tău astral, după a cincea, trupul tău mental după a şasea, şi trupul tău arupic (mental superior) după a şaptea eră, când îţi vei fi atins menirea, la sfârşitul ciclurilor pământeşti. Şi numai atunci *când* ai atins această menire, poţi trece pe pl aneta următoare ca un Pitri terestru normal.

Dar cei care vor să meargă pe cărarea ocultă trebuie să lucreze conştient din ce în ce mai mult la această întreită organizare a trupurilor lor superioare din "lăuntrul cel mai intim". Acesta este sensul meditării.

Îţi (constitui) organizezi *trupul astral* prin ridicarea la Sinea superioară şi prin autoexaminare. După cum forţele din afara omului au lucrat în erele trecute pentru a construi organele trupului fizic de azi, tot aşa sinea superioară a omului lăuntric lucrează la trupul astral, pentru ca acesta să devină un "chip al Divinităţii" sau "om deplin". Atunci va fi el apt să trăiască prin organele *sale* misterele lumilor superioare aşa cum trăieşte trupul fizic, prin organele *sale* de simţ, misterele lumii fizic-minerale. Ne examinăm seara în legătură cu cele trăite în timpul zilei. Prin formula cunoscută ne ridicăm la "Sinea superioară". Prin ambele activităţi lucrăm la organizarea, la construirea corpului nostru astral. Doar aşa facem din el un organism astral, un corp cu organe, în timp ce înainte era numai un fel de purtător. "Formula" aceasta este următoarea:

> "Mai strălucitoare decât Soarele, [Nota 39]
> Mai curată decât zăpada,
> Mai subtilă decât eterul,
> Este Sinea,
> Spiritul din inima mea.
> Această Sine sunt eu,
> Eu sunt această Sine."
>
> "Strahlender als die Sonne,
> Reiner als der Schnee,

Feiner als der Äther,
Ist das Selbst,
Der Geist, inmitten meines Herzens.
Ich bin dises Selbst.
Dieses Selbst bin Ich."

Prin aceasta, firește, se deschide privirea asupra ceea ce mai departe, în paragraful 17, se numește "muncă de milenii". După cum milenii au fost necesare până ce a fost realizată asemănarea exterioară fizică, tot așa va fi necesară o muncă de milenii până ce se va obține această asemănare pentru corpurile superioare. Abia atunci va sta omul pe "pragul care-l ridică dincolo de umanitate". Iar în a șaptea eră el trebuie să ajungă tot așa la acest prag, cum la sfârșitul epocii lunare a trebuit să se afle pe pragul care l-a ridicat deasupra calității lunare Pitri.

Prin meditarea mentală asupra unei fraze din scrierile inspirate, meditatorul își organizează trupul mental. Când își ia asemenea fraze pentru meditație din Bhagavad Gita, sau din alte scrieri pe care literatura teosofică i le pune la îndemână, atunci lucrează la organizarea acestui trup mental al său. Trebuie mereu subliniat că în această meditație se cere mult mai puțin să prelucrezi în mod rațional fraza *acest* lucru trebuie făcut separat în afara meditației propriu zise, cât să *trăiești* cu ea în orizontul pe deplin liber al conștienței. Ea trebuie să ne spună ce are de spus. Noi să fim cei care primesc de la ea. Dacă este o frază inspirată, începe să trăiască în conștiența noastră, să curgă din ea viață, devine în noi plenitudine, își dezvăluie un conținut pe care înainte nu-l bănuiai. Cât timp speculăm asupra ei, tot nu putem pune în ea decât ceea ce este deja în noi. Așa însă nu putem înainta.

Organizarea trupului eului depinde de latura devoțională a meditației noastre. Cu cât obținem mai mult prin această devoțiune, cu cât e ea mai profundă, mai gravă, cu atât vom deveni mai asemănători cu entitatea care trebuie să fim când plecăm din viața noastră planetară în vederea misiunilor care ne vor fi încredințate într-o existență ulterioară.

> 18. "Știința pe care acum o numești a ta proprie, este proprietatea ta numai deoarece sufletul tău s-a topit în Unic împreună cu toate sufletele și a devenit una cu lăuntrul cel mai intim. Este o comoară încredințată ție de sferele cele mai înalte. Dacă însă înșeli această încredere, dacă folosești rău știința ta, dacă o lași să dormiteze atunci când ar trebui s-o folosești, este cu totul posibil să cazi și de pe înălțimea pe care ai cucerit-o. Unii venerabili, chiar pe prag, dau înapoi, incapabili de a purta răspunderea și de a se avânta mai sus. De aceea gândește-te mereu cu teamă sfântă și cutremurare la acest moment și pregătește-te dinainte pentru luptă".

Nr. 18. Trebuie să trăim sentimentul că suntem una cu tot ce trăiește. Trebuie să ne fie limpede că ceea ce numim unicitatea noastră nu are viață *atunci când* vrea să fie o unicitate. Ea are atunci tot atât de puțină viață pe cât ar avea degetul nostru cel mic dacă ar fi rupt de organism. Și ceea ce ar fi pentru degetul mic al nostru amputarea fizic senzorială, ar fi pentru ființa noastră unică o știință care ar vrea să se refere numai la această singularitate. Noi am fost *una* când, înlăuntrul unei atotdumnezeiești existențe, am trecut pe planeta care era a treia înaintea Pământului; eram înlăuntrul existenței atotdumnezeiești și totuși o singularitate, așa cum într-o simfonie fiecare ton este o singularitate și totuși una cu întreaga simfonie. Și ceea ce suntem chemați să numim singularitatea noastră, trebuie să lase să acționeze asupra ei ceea ce întâlnește în cele 343 de lumi prin care trece (șapte planete, șapte ere pe fiecare planetă, șapte așa zise globuri la fiecare eră =7x7x7 metamorfoze =343).

Ceea ce suntem în stare să trăim aici este pus în noi ca *predispoziție* de la *început*. Și aceasta este comoara "încredințată ție de sferele cele mai înalte". Iar această comoară ce ne-a fost încredințată trebuie s-o punem în armonie cu simfonia planetară. O trăire se va oferi iarăși și iarăși celui care înțelege pe deplin *aceste* lucruri. Orice adâncire în interiorul nostru rămâne nefructuoasă, goală, dacă vrem s-o avem doar pentru noi înșine. A tinde spre desăvârșirea *noastră*, înseamnă totuși să ne lăsăm pradă doar unui egoism superior. Știința noastră trebuie să curgă neîncetat din noi. Să nu se înțeleagă că trebuie neapărat să-i învățăm mereu pe ceilalți. Acest lucru trebuie să-l facă fiecare om cum poate și când poate. Dar cel mai mic amănunt din viața cotidiană poate deveni un rezultat viu al științei altruist câștigate. Și când am ajuns *aici*, să trăim sentimentul că întreaga viață este una, că toate separatismele nu-și au baza decât în maya: atunci vom câștiga adâncirea noastră în interior împreună cu sentimentul viu că eul nostru trebuie să iradieze în această viață trăită de toate într-unul. Atunci însă adâncirea noastră va fi totdeauna răsplătită prin rodnicie. Atunci suntem siguri că nu putem cădea. Cine caută să obțină știința numai pentru a ști, numai de dragul propriei sale desăvârșiri, numai pentru a ajunge mai departe pe scara existenței, acela poate încă să cadă, chiar dacă el se va fi ridicat foarte sus. Și înainte de toate trebuie să fim conștienți de "responsabilitatea" ce ne-o asumăm prin dobândirea cunoașterii superioare. Posibilitatea de dezvoltare pe drumul evolutiv i-a fost dată omenirii numai într-o anumită măsură. De aceea, dacă ne facem mai desăvârșiți, dacă ne însușim o parte a desăvârșirii mai curând decât ar fi posibil într-o progresie normală, *luăm* așadar din măsura colectivă a umanității ceva pentru noi. Facem talerul balanței să coboare de partea noastră; de partea cealaltă cântarul se va ridica. Numai *dând* într-un anume fel putem compensa ceea ce *am luat*. Dar de aceea nici nu trebuie să credem că ar fi mai bine să nu luăm. A te feri să iei pentru ca să fi scutit de datoria de a da, tot egoism înseamnă.

A nu lua și a nu da, înseamnă *moarte*; însă noi trebuie să-i *slujim vieții*. Trebuie să obținem posibilitatea de a da; de aceea trebuie să ne încărcăm cu răspunderea luării. Să fim doar conștienți în fiecare clipă de această răspundere. Să ne gândim neîncetat la felul cum putem da cel mai bine, dacă am luat.

Asta duce la o "luptă", la o luptă serioasă, sfântă. Dar *această* luptă trebuie să fie. Nu *ne este îngăduit* să ne ferim de ea. Să ne pregătim necontenit pentru această luptă. Îndeosebi înalta importanță a *acestei lupte* a fost și este înfățișată discipolilor tuturor școlilor inițiatice. Ei sunt îndemnați să se umple, să se pătrundă de conștienta acestei lupte. Dacă lăuntrul nostru cel mai intim respiră viața acestei lupte ca dispoziție fundamentală a sufletului, în acest lăuntru prinde contur văzul interior și auzul interior. Iar dacă izbutim să rămânem liniștiți, cu *totul liniștiți* pe acest câmp de luptă, încep să fulgere pe cerul nostru astral și mental mistere superioare. Atunci apar în noi simboluri de sentimente, gânduri, care ne semnalizează realități sesizabile spiritual; și din ceața acestor realități sesizabile spiritual răsună vocea maestrului, se conturează figura maestrului. Începe pentru noi *comunicarea* superioară. Începem să nu mai fim doar co-actori în lume, devenind pentru ea vestitori (Angelos).

Ceea ce a fost expus aici ca exegeză la Nr. 18 este realitate frază cu frază, realitate superioară care trebuie trăită. Iar cine se pătrunde de înțelesul acestei fraze în acest fel, devine un cetățean al lumilor superioare.

Meditație în legătură cu "Lumina pe cale" [Nota 40]

Dimineața:

1. AUM

2. Ridicarea la sinea superioară prin formula:

"Mai strălucitoare decât Soarele,
Mai curată decât zăpada,
Mai subtilă decât eterul
Este Sinea,
Spiritul din inima mea.
Eu sunt această Sine. Această Sine sunt eu."

3. Meditaţie contemplativă la "Lumina pe cale"
a) 14 zile: "Înainte ca ochiul..."
b) 14 zile: "Înainte ca urechea..."
c) 14 zile: "Înainte ca vocea..."
d) 14 zile: "Înainte ca sufletul..."

4. Dăruire devoţională unui ideal absolut demn de veneraţie.

Seara:

Privire retrospectivă. A se începe cu ultimele trăiri şi acţiuni ale serii, continuând şirul lor invers până dimineaţa.

Exegeză la "Vocea liniştii" de H. P. Blavatsky [Nota 41]

Unui discipol care venea din vechea Societate Teosofică, Rudolf Steiner i-a indicat ca subiect de meditaţie mica scriere a Elenei Petrovna Blavatsky. "Vocea liniştii" (comp. pag. 151 ş.u.)

"...aşa încât în primele 14 zile, primele două fraze ale scrierii să se afle în orizontul conştienţei. Le am în vedere (omiţând fraza de la început) pe următoarele :

> Cine vrea să înţeleagă vocea spiritului din afara sa, trebuie să trăiască mai întâi esenţa propriului său spirit.
>
> Când căutătorul nu vrea să mai audă numai lumea simţurilor, trebuie să îl caute pe acela care produce această lume, trebuie să trăiască în gânduri care fac din lumea simţurilor o lume a aparenţei.

Nu trebuie să faci speculaţii asupra acestor fraze ci să trăieşti în ele câteva minute. Pentru aceasta trebuie să-ţi fi însuşit în prealabil conţinutul lor într-un asemenea grad, încât să-l poţi cuprinde într-o singură privire spirituală, să-l aşezi spiritual în faţa ta şi, fără să-l scormoneşti raţional, dăruindu-i-te, să-l laşi să acţioneze asupra ta. Căci meditaţia devine rodnică numai prin aceea că laşi gândurile de meditat să se reverse în deplină linişte asupra ta... "

(Scrisoare din 14 aprilie 1904)

"...Vă rog acum ca şi în următoarele săptămâni să meditaţi fragmente din "Vocea liniştii" care preced cele şapte voci. Voi da o interpretare a acestor şapte voci în următoarele zile şi atunci veţi căpăta un prim exemplar al interpretării."

(Scrisoare din 14 mai 1904)

"... Starea de spirit cea potrivită este răbdarea... Dispoziţia aşteptării ne accelerează paşii.

Sunteţi de părere că este inutil să repetaţi în meditaţie cuvintele care sunt de la sine înţelese. Nu e însă aşa. Ar fi inutil, dacă ar fi vorba de ştiinţă. Dar ceea ce e important în cazul de faţă, este să trăieşti *prin tine însuţi* ceea ce trebuie să fii şi ceea ce trebuie să faci din proprie iniţiativă din tine. Veţi afla mai îndeaproape despre acestea din adaosurile pe care vi le-am promis la "Vocea liniştii" şi pe care vi le anexez astăzi".

(Scrisoare din 11 august 1904)

"Adaosurile" ce urmează se referă la începutul scrierii "Vocii liniştii" de H. P. Blavatsky, într-o traducere folosită de Rudolf Steiner şi reprodusă de el în anexa la exegeză, traducere scrisă de o mână necunoscută, care însoţeşte manuscrisul exegezei lui Rudolf Steiner. Această traducere diferă mult de cea a lui Franz Hartmann, Editura Lotus, Leipzig (fără an). Se poate presupune că traducerea utilizată a apărut în legătură cu Rudolf Steiner.

În prima frază a "Vocii liniştii" se vorbeşte despre forţele sufleteşti inferioare (Iddhis sau Siddhis) Şi se face aluzie la "primejdiile acestor forţe sufleteşti". Aş vrea mai întâi să precizez că mica scriere "Vocea liniştii" este menită a sluji ca temă de meditaţie. E cu totul un produs al *ştiinţei ocult*e. Iar ştiinţa ocultă este ştiinţă vie, adică ea acţionează ca o forţă asupra întregului om, când acesta se pătrunde de ea meditând. Dar, cum am mai spus deja o dată, e vorba nu de prelua şi de a diseca raţional această ştiinţă, ci de a ne dărui pe deplin ei. Capătă fructul meditaţiei doar cel care reuşeşte să elibereze pentru scurt timp câmpul conştienţei de toate impresiile cotidiene, timp în care se umple pe deplin cu gândurile meditaţiei.

Aş vrea acum să vă atrag atenţia asupra unor lucruri care stau ca ştiinţă ocultă la baza "Vocii liniştii". Dar trebuie să precizez foarte categoric că nu e vorba de a supune unor reflecţii speculative această ştiinţă în momentele de cufundare meditativă în frazele din "Vocea liniştii", ci de o însuşire a acestei ştiinţe în timpul din afara meditaţiei. Atunci ea devine o parte integrantă a sufletului nostru, şi acţionează în noi chiar şi când n-o desfăşurăm în gânduri amănunţite în timpul meditaţiei.

Toate sentinţele cu adevărat oculte se bazează pe cunoaşterea dezvoltării universale şi provin din această ştiinţă care-l vede pe om în

concordanţă cu Unicul Toate Vieţuitor, ce se trăieşte pe sine în forme mereu noi. Dar omul trebuie să se recunoască a fi una din aceste forme. El trebuie să înveţe a înţelege că procesele evolutive ale unui trecut îndelungat s-au integrat fiinţei sale şi că el însuşi constituie forma de trecere spre stări superioare.

Aşa cum este azi, omul e alcătuit dintr-o serie de corpuri: corpurile fizic, astral şi cel spiritual inferior precum şi corpul spiritual superior. Corpuri şi mai înalte sunt deocamdată în el doar schiţate. Numai atunci are omul o imagine justă despre sine când ştie că anumite corpuri nu au ajuns la acelaşi grad de desăvârşire. Căci chiar dacă, de pildă, corpul astral e la un nivel mai înalt decât corpul fizic, corpul astral *de astăzi* al omului este totuşi inferior corpului fizic. Trebuie făcută distincţia între desăvârşirea relativă şi desăvârşirea absolută. Corpul fizic al omului se află azi, *în felul său*, pe o anumită înălţime a desăvârşirii, şi va fi cu totul desăvârşit când actuala aşa-zisa "rundă" a Pământului nostru va fi ajuns la sfârşit. Corpul astral mai stă însă azi pe o treaptă inferioară a desăvârşirii şi doar în a cincea rundă va fi tot atât de departe, pe cât este azi trupul fizic *în felul său*. În felul lor, mai rămase în urmă sunt apoi corpurile superioare. De aceea putem spune: omul trebuie să lucreze încă mult asupră-şi pentru ca şi corpurile sale superioare să devină tot atât de organizate, tot atât de formate precum este corpul fizic. În esenţă omul nu poate azi să greşească atât de mult faţă de organizarea lui fizică, precum poate s-o facă faţă de corpurile sale superioare. Îţi poţi desigur vătăma şi organizarea fizică; dar vătămarea corpurilor superioare e cu totul altceva. Căci aceste corpuri superioare sunt încă într-o stare embrionară iar când acţionăm asupra lor, acţionăm asupra unor predispoziţii, iar nu asupra unor organe care au dobândit, până la un anumit grad, o formă finală în împărăţia naturii. Organizăm corpurile noastre superioare prin felul în care gândim, cum percepem, cum simţim, cum dorim. Facem aceasta în acelaşi fel cum au făcut-o forţele naturii, în timpuri de mult trecute, când au format organele noastre fizice: plămânii, inima, ochii, urechile ş.a.m.d. din formaţiuni inferioare. Trebuie să ne considerăm continuatori ai naturii pe planurile superioare. Există îndrumări ca "Vocea liniştii" pentru ca să ne direcţionăm gândurile, dorinţele, senzaţiile, sentimentele aşa încât să ne organizăm *noi* înşine corpurile noastre superioare în felul în care natura a organizat corpul nostru fizic. Şi ne punem pe făgaşul justei dezvoltări când lăsăm, în timpul meditaţiei, să acţioneze asupra noastră asemenea fraze. Căci aceste fraze sunt tocmai forţe spirituale ale naturii care ne conduc, şi prin care ne conducem noi înşine. Dacă ne conducem după ele, atunci corpurile noastre superioare se organizează şi dobândim organe de percepţie şi acţiune pentru planurile superioare, devenim văzători, auditori şi activi pe planurile superioare, cum am devenit, pe planul fizic, prin forţele naturii, văzători, auditori şi activi. Trebuie recunoscut că într-o asemenea dezvoltare există "primejdii". Ele vin din partea forţelor sufleteşti aşa zis inferioare, când forţa spirituală nu este îndreptată în direcţia corespunzătoare. "Vocea liniştii" a fost scrisă ca să poată fi găsită această direcţie.

Apare *de asemenea* o primejdie pentru om, dacă se lasă cuprins de un sentiment incorect faţă de fraza că "lumea exterioară" e doar o lume a aparenţei. Desigur, într-un anumit sens, lucrurile aşa stau. Dar omul nu e chemat să se retragă din această "lume exterioară" şi să se refugieze în lumi superioare. Trebuie să ne câştigăm posibilitatea de a privi în lumile superioare, dar trebuie să ne fie limpede că ceea ce trebuie să căutăm în aceste lumi superioare sunt *cauzele* efectelor în lumea *noastră* fizică. Să ne reamintim neîncetat că trebuie să ne adâncim în propriul nostru spirit. Printr-o asemenea adâncire învăţăm să înţelegem spiritul care ne vorbeşte în afara noastră prin fiecare frunză, prin fiecare animal, prin fiecare om. Ar fi greşit dacă am căuta spiritul şi am desconsidera organele sale, care sunt fenomenele şi procesele *acestei* lumi. Impulsurile, motivele acţiunii în această lume trebuie să le scoatem din planurile superioare; acţiunea însăşi, în perioada dintre naştere şi moarte, trebuie să fie în *această* lume. Nu trebuie să dispreţuim lumea, ci s-o iubim; dar nu trebuie să o iubim aşa cum apare ea doar simţurilor fizice, trebuie să învăţăm zi de zi, ceas de ceas, cum este ea o *expresie* a spiritului. Să căutăm pretutindeni, în sensul celei de-a treia fraze din "Vocea liniştii", "Zămislitorul" aflat pe un plan mai înalt. Desigur, lumea simţurilor devine în felul acesta o lume a aparenţei. Dar numai în măsura în care omul o priveşte în mod obişnuit. De pildă: vedem un răufăcător. Privindu-l aşa cum cei mai mulţi oameni privesc un asemenea om, vedem doar o *aparenţă*. Învăţăm să cunoaştem adevărul despre răufăcător atunci când ne îndreptăm spre el o privire inspirată de lumile superioare. Când privim adânc în viaţa lumii, se schimbă toate sentimentele, toate trăirile noastre faţă de realitatea care ne înconjoară. Şi printr-o asemenea cunoaştere devenim destoinici pentru lumea reală în care trăim. Va trebui să înţelegem din ce în ce mai mult, că suntem mult mai puţin chemaţi mai întâi să îndreptăm lumea, cât opiniile noastre părelnice despre lume. Putem interveni corectiv în lume doar atunci când ne-am corectat pe noi înşine, răzbătând de la opiniile false la cele adevărate. De aceea se spune în "Vocea liniştii": "Doar atunci, doar atunci se va închide simţirea faţă de domeniul greşelii şi se va deschide domeniului adevărului, când omul nu va mai percepe multele entităţi ale aparenţei ca atare, ci îşi va îndrepta privirea spre singurul adevărat."

"Spiritul creator" lucrează în afară, în jurul nostru; dar spiritul lucrează şi înlăuntrul nostru. Lumea exterioară ne va dezvălui mereu acest Spirit creator, dacă dobândim "firul de argint" care ne leagă pe noi înşine de spiritul creator. De aceea trebuie să ascultăm la tot ce răzbate până la urechea noastră, trebuie să privim atent la tot ce se înfăţişează ochiului nostru: niciodată însă să nu ne lăsăm dirijaţi din afară, ci să ne fie limpede că înlăuntru se află interpretul, dirijorul care pune toate cele din afară în lumina justă. Prin ruperea "firului de argint" din lăuntru noi înşine transformăm lumea exterioară într-o lume a aparenţei care apoi ne înşeală la fiecare pas; prin menţinerea legăturii interioare cu izvorul spiritului, se revarsă pentru noi şi toată lumina adevărului asupra lumii exterioare.

Trebuie să cercetăm în spiritul propriu: atunci ni se deschide spiritul lumii. De obicei nu se acceptă că acesta este drumul pe care se poate ajunge la vederea în lumile superioare. Şi totuşi acesta este.

"Sălile" din "Vocea liniştii" sunt adevărate trăiri ale cunoaşterii de sine a omului.

Este important să ne reprezentăm clar în faţa sufletului treptele desemnate aici. Nu este vorba de a înţelege în mod raţional sensul avut în vedere cu aceste "săli". Trebuie să *trăim* acest sens. A înţelege este cel mai mic lucru; iar această înţelegere nu deschide nici un fel de forţe superioare. Dar chiar când credem că am înţeles de mult, să *trăim* mereu şi mereu acest sens: aceasta deschide. Ocultiştii experimentaţi ştiu că înţelegerea aforismelor nu înseamnă nimic. De aceea orice ocultist va lăsa să trăiască mereu şi mereu în el ceea ce a fost de mult înţeles. Şi nici unui adevărat ocultist nu-i este îngăduit să neglijeze a trăi *zilnic* în mod meditativ cu cele mai importante şi mai simple adevăruri. Aceasta nu îi dă ştiinţa în sensul lumesc, ci *forţă* şi *viaţă* în sens ocult. Aşa cum iubeşti un copil deşi îl ai zilnic în faţa ta şi îl cunoşti cât se poate de bine, aşa iubeşte ocultismul adevărurile şi trebuie să fie zilnic cu ele, să *trăiască* cu ele. De aceea ştiinţa ocultă este diferită de întreaga ştiinţă exterioară învăţată a simplei civilizaţii. Aceasta odată asimilată, ai terminat, ca să zic aşa, cu *înţelegerea* ei. Nu aşa stau lucrurile cu ştiinţa ocultă. O ai mereu în ambianţa ta vie, chiar şi când o cunoşti, aşa cum pe copil îl cuprinzi afectuos chiar când îl cunoşti de mult.

"Prima sală" ne arată că punctul nostru obişnuit de pornire este *neştiinţa*. Iar neştiinţa trebuie să rămână partea noastră dacă ne oprim la ceea ce ne-a revenit, ca să zicem aşa, prin natură. Chiar şi toată ştiinţa exterioară este numai o adunare a ceea ce produce neştiinţa. Câtă vreme nu suntem în clar asupra faptului că în ciuda multei ştiinţe putem totuşi persista în neştiinţă, adevărata înţelepciune şi progresul însuşi sunt pentru noi imposibile. Este important să ne pătrundem în mod viu de atitudinea că trebuie să fim "învăţăcei". La fiecare pas viaţa trebuie să ne fie o şcoală. Atunci trăim viaţa în a *doua sală*. Toate raporturile noastre cu lumea se schimbă sub influenţa unei asemenea atitudini. Avem atunci convingerea că putem învăţa de la *toate* cele ce ni se înfăţişează. Şi devenim elevi ai vieţii unitare care ni se revelează continuu. Şi abia aşa învăţăm să iubim; să iubim Totul. Aşa se topeşte mania izolării surghiunită în sinea *mărginită*; aşa învăţăm: să nu ne oprim la durere şi bucurie ci să ne lăsăm învăţaţi de durere şi bucurie. Aşa ajungem să ne dăm seama că propriul nostru organism este un

organ de cuprindere, pentru întreaga lume. Ne dăm seama că sinea noastră adevărată nu este nicidecum identică cu acest organism; învăţăm să ne considerăm ca instrument prin care lumea acţionează asupra sinei noastre superioare, iar această sine superioară asupra lumii. Şi vom descoperi atunci destul de repede că această sine superioară este un mădular în organismul spiritual general şi încredinţat nouă ca zălog, aşa încât ne putem considera ca *trimişi* ai voinţei universale dumnezeieşti. Ne simţim din ce în ce mai mult ca misionari ai marelui spirit cosmic. Şi când simţim în felul *acesta*, simţim ceva din atmosfera din "*sala învăţăturii*". Atunci însă ne putem ridica şi la sentimentul pe care-l reprezintă cea de a treia sală aceea a "*înţelepciunii*". Trăim legătura cu spiritul universal şi observăm că ştiinţa cea mai înaltă se revarsă în interiorul nostru spre noi. Începem să îndrăznim a ne dărui cu totul acestui flux. Se deschid pentru noi porţile inspiraţiei. Ne vom conduce noi înşine cu adevărat, nu mai suntem conduşi de imboldurile lumii exterioare. În felul acesta ne *naştem din nou*. Căci, precum înainte eram copii ai lumii, acum devenim copii ai spiritului. Spiritul din lăuntru ne indică drumul. Se pogoară asupra noastră o infinită siguranţă şi linişte, nu succesul va decide comportarea noastră, ci numai considerarea a ceea ce este just. Şi acest sentiment de siguranţă interioară ne dă posibilitatea să privim în sala fericirii. Iar aici răsună atunci cele *şapte* voci.

Ca toate adevărurile oculte, aceste şapte voci au şi ele şapte semnificaţii. Şi urcăm tot mai sus spre semnificaţia supremă care, de fapt, nu mai e semnificaţie ci realitate spirituală. Trebuie însă mai întâi să te deschizi *trăind în tine* meditativ următoarele semnificaţii, apoi ţi se relevează şi semnificaţii superioare, iar la urmă realităţi.

Mai întâi prima interpretare (simbolic-alegorică).

1.) Simţind viu şi cufundându-te în această simţire vie, trebuie să-ţi înnoieşti necontenit sentimentul că lumea, aşa cum o vezi *deocamdată*, este exterioară, este o lume aparentă. Trebuie să ne cufundăm în credinţa vie că această lume ne va dezvălui din ce în ce mai mult adevărul şi pe ea însăşi dacă ne vom adânci în noi înşine. Nu ne va fi uşor să ne pătrundem pe dea-ntregul de o asemenea dispoziţie. Căci nu avem voie să uităm că această lume este totuşi a noastră, că suntem chemaţi totuşi să iubim această lume. Dacă ne-ar fi foarte uşor să ne despărţim de felul cum trăim în lume, această despărţire nu ar fi o jertfă. Am căuta atunci un nou fel de viaţă, doar aşa cum alergăm din schimbare în schimbare în viaţa obişnuită. De aceea vocea care ne vorbeşte în acest moment al despărţirii trebuie să fie cântul dulce al privighetorii; trebuie să aibă loc un adevărat rămas bun de la *sentimentele aparente ale vieţii*. Dacă ne putem pătrunde adesea şi îndelung de o asemenea stare sufletească, urcăm din ce în ce mai sus pe treptele desăvârşirii mistice.

Şi putem auzi în lucrurile acestei lumi cea de *a doua voce*. Lumea răsună pentru noi disonant câtă vreme trăim în sentimentele aparente. Judecăm, criticăm deoarece auzim disonanţele de la *suprafaţa* lucrurilor. Dar dacă înăbuşim receptivitatea faţă de disonanţe, înăbuşim şi înclinarea de a judeca, de a critica; şi ne cufundăm în acordul aflat la temelia lucrurilor. Învăţăm să înţelegem chiar şi răul. Învăţăm să ne dăm seama că răul este o forţă care se impune la locul nepotrivit. Dacă ar fi la locul potrivit, ar fi bună. Şi astfel, ceea ce înainte părea ca o disonanţă, la temelia lucrurilor se preface în armonie. Auzind şi înţelegând fără a judeca, fără a critica, face ca din linişte să se ridice spre noi al doilea sunet. Orice ocultist ştie ce infinit ajutor a însemnat pentru el strădania de a înţelege pretutindeni necritic, compătimitor; şi atunci a răsunat pentru el ţambalul de argint, care este doar acoperit de ceea ce un auz exterior culege de la suprafaţa lucrurilor.

"Pătrunde cu auzul tău *în* lăuntrul lucrurilor", aşa ne îndeamnă ocultistul. Dacă compari un lucru cu altul, poţi să-l găseşti pe unul desăvârşit, pe altul nedesăvârşit. Dar nu o asemenea comparaţie îţi va spune ce se află în lucruri, ci *al treilea sunet*, care e ascuns în fiecare lucru, precum sunetul în scoica de mare. Nu vei învăţa să înţelegi urâtul din natură, absurdul din viaţă, stricăciunea din om câtă vreme compari pe unul cu celălalt; ci când vei asculta specificul lăuntric, ascuns, al fiecărui lucru şi fiinţă în sine. Mergi în liniştea unde nu ţi se impune nimic care să te îndemne la comparaţie, şi fii spiritualmente *singur* cu fiecare fiinţă ; atunci "liniştea" îţi va releva sunetul înăbuşit din fiecare lucru şi fiinţă.

Şi după un asemenea exerciţiu se aşează o seriozitate asupra întregii noastre fiinţe şi demnităţi. Învăţăm să înţelegem lumea în seriozitatea şi demnitatea ei. Trebuie să se deştepte în noi ceva care ne face să simţim deplină seriozitate faţă de *toate* lucrurile. E momentul în care ni se revelează cum toate sunt o expresie a unui Tot demn de cea mai înaltă cinstire. Ne obişnuim să ne ridicăm privirea de la lucrul cel mai mic spre infinit, căci nu ne părăseşte gândul nici faţă de lucrul cel mai mic, că e o expresie a vorbirii universului care ni se adresează cu cea mai liniştită gravitate. Acest sentiment, prins în mod viu în meditaţia noastră, dă cel de-al patrulea sunet.

Dar apoi, după ce ne-am pregătit în felul acesta, încep să răsune pentru noi entităţile spirituale din lume; atunci răsună ca trompete, căci ceea ce ne răsună nu mai e doar taina unui lucru separat, ci sunetul Universului însuşi. Dacă lăsăm spiritul lumii să ni se adreseze, el răsună pentru noi din toate lucrurile, dar nu ca tonul izolat al acestor lucruri, ci ca armonie a universului. Acesta e al cincilea sunet.

Şi acest sunet poate să se intensifice. Pătrunde pentru noi de la fiinţă la fiinţă. Ne face vizibile misterele lumii. Dacă am înţeles că totul este revelaţia Spiritului Unic, putem să ne dăruim integral acestei revelaţii. Ne reprezentăm astfel lumea ca pe un sunet spiritual ce pătrunde peste tot şi găseşte peste tot un ecou. Aceasta este a şasea voce.

Trebuie să ajungem la trăirea spirituală, meditativă a reprezentărilor mai sus sugerate. Trebuie să fim liniştiţi cu noi înşine, total liniştiţi şi să aducem în mod viu în faţa noastră imaginile prin care sunt caracterizate sunetele în "Vocea liniştii", aşa încât să le putem asculta în mod imaginativ cu auzul spiritual. Şi totodată trebuie să ne pătrundem de gânduri ca cele care au fost date de mine aici, la exegeza sunetelor. Nu speculativ, ci dintr-o simţire vie. Atunci meditǎm just şi fructuos.

Iar la urmă lăsăm toate revelaţiile celor şase sunete să răsune împreună, într-unul singur. Căci nu trebuie să rămânem la *o singură* relaţie cu lumea, ci să fim universali. Şi cine aude deja vocea a şasea, trebuie să se întoarcă iarăşi la prima, a doua şi aşa mai departe. Numai când iubim particularul la fel ca şi armonia întregului ne apropiem de desăvârşire.

Din: VOCEA LINIŞTII
de H. P. Blavatsky

Această învăţătură este pentru cei ce nu cunosc pericolele pentru om ce se nasc din forţele lui sufleteşti inferioare.

Cel care vrea să audă vocea spiritului [Nota 42] în afara sa, trebuie să înţeleagă mai întâi esenţa propriului spirit.

Când discipolul nu mai consideră lumea percepţiilor ca lucrul principal, trebuie să-l caute pe producătorul acestor percepţii, pe zămislitorul gândurilor, pe cel care face din lumea simţurilor o lume a aparenţei.

Prin adâncirea gânditoare în sine este văzută aparenţa realului în toată nulitatea ei.

Aşa trebuie să îndepărteze discipolul aparenţa de la sine.

Căci:

Când a recunoscut aparenţa ca atribut al realului, va recunoaşte ce este în el însuşi aparenţă, aşa cum recunoşti că visul este vis iar nu realitate, de îndată ce te trezeşti, când nu mai percepe multiplele fiinţe ale aparenţei ca atare, privirea sa va fi îndreptată asupra *unicului* adevărat.

Numai atunci, abia atunci, simţirea sa se va închide împărăţiei falsului şi se va deschide împărăţiei adevărului.

Înainte ca sufletul să poată vedea, trebuie să fi dobândit pacea interioară, iar ochii trupeşti să fi tăcut exprimările lor.

Înainte ca sufletul să poată auzi, imaginea aparentă a omului trebuie să fi devenit surdă pentru ceea ce e zgomotos şi pentru ceea ce e abia perceptibil, pentru urletul strident al câinilor, ca şi pentru bâzâitul muştei.

Înainte ca sufletul să poată vedea spiritul şi să-şi amintească faptele sale, trebuie să fie unit cu ceea ce vorbeşte spiritual şi tace senzorial, aşa cum argila olarului trebuie să lase de o parte forţele naturii sale proprii şi să se unească cu spiritul olarului, dacă vrea să devină vas. Atunci sufletul va auzi şi va înţelege:

Vocea liniştii

şi va zice:

Dacă sufletul tău zâmbeşte în timp ce se mişcă în lumina solară a vieţii, ❙ dacă sufletul tău cântă în casa lui de carne şi materie ❙ dacă sufletul tău plânge în învelişul lui de aparenţă ❙ dacă sufletul tău a rupt firul de argint care-l leagă de spiritul creator, atunci, o învăţăcelule, el aparţine pământului.

Dacă sufletul tău ascultă zgomotul zilei, ❙ dacă sufletul tău se umple cu tumultul marii lumi a aparenţei, ❙ dacă sufletul tău, la strigătul durerii, se refugiază în sine asemenea broaştei ţestoase, care se sustrage cu teamă impresiilor din afară, atunci sufletul tău este o casă nevrednică de spirit.

Dacă însă, devenit mai puternic, sufletul tău se smulge învelişului material şi, părăsindu-l, formează mai departe firul de argint, dar leagă numai sinea sa, numai propria-i aparenţă de acesta, a fost înlănţuit în cea mai rea aparenţă.

Lumea materială, o, învăţăcelule, este locul ademenirii; ea te duce pe un drum de grele încercări; te amăgeşte cu credinţa că eul tău aparent ar fi eul tău real.

Această lume materială, o învăţăcelule, este numai o intrare spre lumină, o pregătire pentru locul adevăratei lumini, al acelei lumini, a cărei aparenţă nici o furtună n-o stinge şi care luminează fără fitil şi ulei.

Vocea înaltă a spiritului spune:

Vrei să vezi cum străluceşte sinea lumii: trebuie să vezi mai întâi lumina pâlpâindă, arzătoare a propriei tale sine. Ca să dobândeşti această cunoaştere trebuie să priveşti sinea aparent ca non-sine; atunci vei putea să te odihneşti în braţele fiinţei universale. În aceste braţe te aşteaptă o lumină care nu îşi aruncă razele sale asupra naşterii şi morţii, ci asupra a ceea ce trăieşte în veşnicii: *Aum*.

Predă-te în braţele fiinţei universale, dacă vrei să devii cunoscător.

Mori şi renaşte.

Trei săli, o, călătorule oprimat de aparenţe, te duc la capătul oprimării tale. Trei săli, o, biruitor al lumii aparenţelor, te vor ridica prin trei stări într-o a patra, iar apoi în cele şapte lumi, în lăcaşul veşnic al fericirii divine.

Dacă vrei să le ştii numele, atunci ţine minte:

Numele primei săli e *neştiinţa*.

E sala în care te-ai născut, în care trăieşti şi vei muri.

Numele celei de-a doua e *învăţătura*. În ea, sufletul tău va face cunoştinţă cu florile vieţii; dar în fiecare floare pândeşte un şarpe al ispitei.

Numele celei de-a treia săli este *înţelepciunea*; în spatele ei se întinde viaţa fără hotar a spiritului universal, a izvorului atotştiinţei.

Dacă vrei să străbaţi în siguranţă prima sală, nu-ţi lăsa sufletul înşelat, ca să-ţi faci din focul voluptăţii şi poftei ce arde în el lumina soarelui vieţii tale.

Dacă vrei să străbaţi în siguranţă cea de-a doua sală, nu te opri să respiri miresmele egoismului. Dacă vrei să fi liber de lanţurile care te leagă de lume, nu-ţi căuta conducător în lumea de aparenţe a sinei inferioare.

Înţelepţii se sustrag tentaţiilor lumii senzoriale.

Înţelepţii nu ascultă glasurile ispititoare ale lumii aparenţelor.

Numai dacă îţi cauţi renaşterea în sala înţelepciunii, găseşti lumina pe care nici o umbră n-o întunecă şi care luminează prin veşnicii cu o forţă care nu slăbeşte niciodată.

Caută ceea ce trăieşte necreat în tine; o vei găsi în această sală. Dacă vrei s-o vezi în lumina cea adevărată şi să devii una cu ea, trebuie să străvezi amăgirea aparenţei. Înăbuşe cele ce-ţi spun simţurile care locuiesc în carne, nu tolera ca vreo imagine pe care ţi-o formează simţurile să se interpună între tine şi această lumină; numai atunci poţi deveni una cu ea.

Şi când ai recunoscut amăgirea privirii tale senzoriale, du-te acolo unde doar se învaţă. Sala învăţăturii este plină de pericole, în frumuseţea ei amăgitoare; acela e locul încercării tale.

Fereşte-te ❙ în timp ce zăboveşti şovăitor în lumea eului aparent şi amăgitor ❙ să nu fi reţinut în această orbire.

Această lumină a eului-amăgitor străluceşte din fiinţa ispititorului. El te ţine captiv în lumea senzorială; îţi înşeală intelectul făcându-l să ia amăgirea senzorială drept adevăr, şi cel ispitit este azvârlit fără sine în amăgire.

Fluturele este atras de flacăra strălucitoare a lămpii tale de noapte şi moare lângă uleiul impur. Sufletul ademenit, pe care l-a înghiţit aparenţa, trebuie să se întoarcă la materie, pe care marele ispititor o schimbă din amăgire în adevăr.

Priveşte la mulţimea de suflete. Cunoaşte cum planează deasupra mării furtunoase a valurilor vieţii umane şi cum căzute pradă aparenţei, orbite de lumină, lipsite de forţă se cufundă, unul după altul, în valurile furtunoase. Azvârlite încoace şi încolo de vânturile creatoare de simţuri, mişcate de furtunile râvnitoare ale pornirilor sălbatice, aceste suflete cad în valurile ireale şi sunt înghiţite de vâltorile deşertăciunilor.

Dacă vrei să treci prin sala înţelepciunii în valea fericirii, o discipole, închide-ţi simţurile care-ţi prezintă aparenţa amăgitoare a multor lucruri şi te izolează de lucrurile în care spiritul universal sălăşluieşte ca în tine însuţi şi, în această izolare a ta îţi răpesc liniştea.

Nu lăsa ce e din cer născut în tine să se scufunde în valurile aparenţei şi să se întoarcă de la străbunii săi veşnici, ci lasă forţa arzătoare să se potolească intrând în cămara cea mai intimă, cămara inimii, sălaşul mamei universale.

Atunci va veni din întreg acea forţă în cea de-a şasea împărăţie, cea de mijloc, în spaţiul dintre ochii tăi. Atunci va începe să curgă acolo forţa sufletului universal, vocea care răsună în întregul univers, vocea Spiritului Creator.

Atunci vei putea deveni unul care alunecă peste valurile lumii senzoriale şi ale cărui tălpi nu sunt udate de apele aparenţei.

Înainte de a-ţi putea pune piciorul pe treptele cele mai de sus, pe scara sunetelor mistice, trebuie să auzi răsunând *înşeptita* voce a Dumnezeului lăuntric.

Prima voce răsună ca un cântec dulce de privighetoare; ea cântă un blând cântec de adio însoţitorilor din lumea aparenţelor a existenţei tale de până acum.

A doua voce vorbeşte, aidoma unui cinel de argint, despre armoniile entităţilor care conduc lumea.

A treia este un cântec melodios de jale, înăbuşit, ca sunetul captiv în scoica de mare.

Ca un sunet puternic, serios şi demn răsună cea de a patra voce.

A cincea se aude ca sunetul fluierelor din trestie de bambus, şi se ridică până la intensitatea sunetului de trompetă.

Ca un sunet de tunet într-un defileu stâncos te ia cu asalt a şasea voce.

În sunetul al şaptelea toate celelalte se sting. Ele s-au scurs imperceptibil în fiinţa lui.

Când cele şase voci au murit şi s-au aruncat la picioarele maestrului, abia atunci a devenit discipolul una cu *Cel Unic*; el trăieşte în acesta şi acesta trăieşte în el.

Înainte de putea păşi pe acest drum, trebuie să stingi tot jăraticul pornirilor tale; gândurile râvnitoare trebuie să le cureţi iar inima să ţi-o cufunzi în castitate.

Undele pure ale vieţii veşnice, transparente precum cristalul, nu suferă nici un amestec cu valurile senzoriale tulburi ale lumii inferioare.

Roua cerului din sânul florii de lotus, strălucind primar în prima rază a soarelui de dimineaţă, devine şi ea, după ce a căzut pe pământ, o părticică din pulberea pământului; nobila perlă a ajuns o picătură murdară.

Stinge gândurile grele de dorinţă pentru ca nu cumva să sucombi sub presiunea dorinţelor din gândurile tale. Comportă-te cu ele fără dorinţă; dacă, în loc să le stingi le laşi să ardă, află că ele te vor aprinde pe tine însuţi întru râvnire şi-ţi vor ucide eul. Nu lăsa nici oglindirea gândurilor încărcate cu râvniri să se apropie de tine. Căci aceste umbre vor creşte; câştigând amploare şi forţă, vor prinde fiinţa ta în plasa lor, înainte ca tu să fi căpătat deplina conştienţă a odioasei lor prezenţe.

Înainte ca forţa mistică să-l poată trezi pe Dumnezeu în tine, trebuie să fi fost în stare să stingi în tine focul poftei.

Sinea materiei şi sinea spiritului nu se pot întâlni niciodată. Dacă una dintre ele trebuie să strălucească în tine, celălaltă trebuie să stea în întuneric; n-ai loc pentru amândouă.

Înainte ca forţa spiritului să poată percepe lumina interioară, iluzia personalităţii trebuie extirpată, iar viermele aparenţei senzoriale pentru totdeauna ucis.

Până ce nu te jertfeşti pentru cărare, nu poţi să mergi pe cărare.

Aşa cum caliciul lotusului îşi deschide inima soarelui strălucitor de dimineaţă, aşa să-ţi fie şi ţie deschis sufletul când spiritul universal te cheamă din creatura care suferă.

Nu lăsa nici o lacrimă să fie uscată de căldura soarelui, înainte ca tu s-o fi luat de la creatura care suferă.

Lasă suferinţele fiinţelor să intre în inima ta şi dă-le un loc de linişte; nu stinge în inima ta nici o compasiune, până ce nu s-a stins durerea care a născut-o.

Aceste lacrimi, o tu, a cărui inimă e plină de abnegaţie, sunt valurile care trăiesc iubirea veşnică. Din acest sol creşte floarea de miez de noapte a iubirii veşnice, mai greu de găsit şi mai rar de văzut decât floarea arborelui yoga. Dacă ai găsit-o, ai câştigat privirea în împărăţia ce nu este prinsă în lucirea aparenţei.

Ea îl eliberează pe vizionarul care iubeşte mistic, de lupta cu simţurile şi de plăcerea simţurilor; ea îl trage în sus peste câmpurile slabei existenţe omeneşti spre lăcaşurile păcii, unde înfloreşte altruismul cu putere dumnezeiască.

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

POSTFAŢA EDITORILOR

Textele publicate aici provin din învăţătura Şcolii Esoterice a lui Rudolf Steiner. Această şcoală a existat zece ani, din 1904 până în 1914, adică până la izbucnirea primului război mondial, din cauza căruia n-a mai putut continua. În acest timp Rudolf Steiner se mai afla în interiorul Societăţii Teosofice de atunci şi folosea cuvintele "teosofie" şi "teosofic", dar mereu în sensul ştiinţei sale spirituale, de la bun început orientată antorposofic. (Comp. "Povestea vieţii mele", Bibl. Nr. 28). După încă zece ani, la începutul anului 1924, Rudolf Steiner începu din nou organizarea unei şcoli esoterice, Şcoala Superioară Liberă pentru Ştiinţa Spirituală. Asemenea Şcolii Esoterice alcătuită din trei clase diferite, şi Şcoala Superioară Liberă pentru Ştiinţa Spirituală trebuia structurată în trei clase: "Vă rog să nu vă speriaţi de aceste trei clase, dragii mei prieteni! Cele trei clase au existat din capul locului în Societatea Antorposofică, numai că într-o altă formă până în anul 1914".*

*Comp. "Simpozionul de Crăciun pentru fondarea Societăţii Antroposofice Generale, sfârşit de an şi început de an 1923/1924", ediţia completă, Dornach 1963, şi "Constituirea Societăţii Antroposofice Generale şi a Şcolii Superioare Libere pentru Ştiinţă Spirituală ❙ Reconstruirea Goetheanum-ului 1924-1925", ediţia completă, Dornach 1966. Amândouă volumele în ciclul "Fiinţa vie ❙ Antroposofia şi cultivarea ei" (scrieri şi prelegeri asupra istoriei mişcării antroposofice şi a Societăţii Antroposofice).

Odată cu deschiderea Şcolii Esoterice în anul 1904, a avut loc şi expunerea publică a căii de iniţiere în scrierea ***Teosofie***, în seria de articole ***Cum se pot dobândi cunoştinţe despre lumile superioare*** (apărute sub formă de carte în 1909), precum şi în lucrarea ***Ştiinţa ocultă în rezumat***, apărută la începutul anului 1910.

**Acestea şi alte scrieri menţionate sunt disponibile în cadrul ediţiei complete, comp. sumarul de la pag. 170

O descriere a condiţiilor de bază pentru dezvoltarea interioară, îndeosebi a aşanumitelor exerciţii secundare, se găseşte şi în aceste opere, din care cauză, după apariţia lor, Rudolf Steiner trimitea la ele când era vorba de exerciţiile secundare. Premizele necesare tuturor exerciţiilor sunt arătate în ***Ştiinţa ocultă***, în capitolul: Cunoaşterea lumilor superioare (Despre iniţiere):

"...Se vede însă din aceasta cât e de necesar ca omul să nu ceară intrarea proprie în lumile spirituale, înainte ca el să fi înţeles anumite adevăruri despre lumea spirituală prin capacitatea de judecată obişnuită, dezvoltată în cadrul lumii fizico-senzoriale. Ceea ce se împărtăşeşte în această carte înainte de expunerea despre "Cunoaşterea lumilor superioare", discipolul spiritual ar trebui să-şi fi însuşit în timpul dezvoltării sale obişnuite, prin puterea lui de judecată obişnuită, înainte de a avea dorinţa să purceadă el însuşi spre lumile suprasensibile."

Viaţa înlăuntrul Şcolii Esoterice se alcătuia din exerciţiile date şi din prelegeri, aşa numitele lecţii esoterice, pe care Rudolf Steiner le-a ţinut pentru membrii şcolii în diferitele locuri unde făcea expuneri ❙ mai cu seamă la Berlin şi la München ❙ şi în care au fost explicate exerciţiile.

Exerciţiile constau în general din:

îndrumări pentru meditaţia de dimineaţă şi de seară, numite "Exerciţii principale", legate de aşa numita "retrospectivă de seară"; aşa numitele exerciţii secundare de îndeplinit în timpul zilei; mantre (aforisme de meditat), care erau date suplimentar.

Dintre aceste exerciţii, pentru toţi discipolii erau valabile: "Retrospectiva", "Exerciţiile secundare", şi diferitele mantre, ca de pildă aforismele zilelor: "meditaţii care cuprind fiinţa temporală a ierarhiilor", sau mantra "În spirit odihnea germenele trupului meu...". Altfel era cu "Exerciţiul principal", care era totdeauna dat strict confidenţial, ceea ce însemna că era considerat valabil doar pentru discipolul respectiv.

Acest exerciţiu principal există în felurite forme, înainte de toate în cele două categorii de bază: manuscrisă şi multiplicată. Dintre numeroasele indicaţii date în *manuscris*, partea covârşitor predominantă este constituită cu totul individual; cealaltă parte poate fi împărţită în mai multe grupe cu acelaşi text, deoarece cu creşterea cercului de discipoli, erau valabile pentru mulţi aceleaşi condiţii de început. Cel mai frecvent se întâlnesc aici formulările: "Mai strălucitoare decât soarele...", "În razele pure ale luminii...", "Plăsmuire izvorâtoare de lumină...", "Statornic stau în existenţă...".

Exerciţiile principale existente în formă *multiplicată* ❙ care au fost date deci în mod general în şcoală, sau cel puţin unui cerc anumit de discipoli ❙ constau fie dintr-un text identic pentru toţi, (vezi Exerciţiile principale II cu valabilitate generală de la pag. 35) fie în acea formă în care Rudolf Steiner dădea fie "cuvântul-forţă" potrivit personalităţii elevului, (cum este de ex. la Exerciţiul principal I cu valabilitate generală de la pag 32), fie formula meditativă, notată personal de el la înmânarea exerciţiului.

Felurite forme ale exerciţiului principal, şi îndeosebi cele cu destinaţie individuală, dar şi unele date în general, respectiv unor cercuri anumite, sunt corelate cu exerciţii respiratorii. Indicaţiile privitoare la reglarea respiraţiei sunt diferite; cel mai frecvent se întâlneşte totuşi modalitatea prezentă în exerciţiile de aici. Din exerciţiile esoterice pe care Rudolf Steiner le-a dat colectiv, cele mai multe sunt totuşi *fără* exerciţii de respiraţie. În privinţa aceasta Rudolf Steiner a făcut următoarele precizări în ***Ştiinţa ocultă în rezumat***, ediţia completă 1962, pag. 371/72:

"Când facem exerciţiile pentru intuiţie, acestea nu acţionează numai asupra trupului eteric, ci şi până la forţele suprasensibile ale trupului fizic. Să nu ne închipuim însă că prin aceasta s-ar provoca, în corpul fizic, efecte perceptibile cu simţurile fizice. Aceste efecte nu pot fi judecate decât de cunoaşterea suprasensibilă. Ele nu intră deloc în sfera cunoaşterii exterioare. Ele apar ca o consecinţă a maturităţii

conştienţei când aceasta poate avea trăiri intuitive, deşi a eliminat din sine orice trăire exterioară şi interioară cunoscută mai înainte. Experienţele intuiţiei sunt însă gingaşe, intime şi subtile; trupul fizic uman însă, în actualul său stadiu de evoluţie, este grosolan în comparaţie cu ele. De aceea, el prezintă o puternică piedică în calea reuşitei exerciţiilor pentru intuiţie. Dacă le continuăm energic, perseverent şi cu liniştea lăuntrică necesară, ele reuşesc, în cele din urmă, să înfrângă puternicele piedici ale trupului fizic. Discipolul devine conştient de acest rezultat prin aceea că observă cum, treptat, anumite funcţii ale corpului, care se desfăşurau mai înainte cu totul în afara conştienţei sale, intră acum sub stăpânirea sa. Va observa acest rezultat şi din faptul că, pentru perioade scurte, simte nevoia de a-şi orândui într-un anumit fel, de pildă respiraţia (sau alte funcţii), pentru ca să decurgă în armonie cu ceea ce săvârşeşte sufletul în timpul exerciţiului sau al adâncirii lăuntrice. Idealul evoluţiei este ca, prin trupul fizic în sine, să nu se facă nici un fel de exerciţii, nici chiar astfel de exerciţii de respiraţie, ci ca toate câte trebuie să se întâmple cu el să fie *numai* o urmare a purelor exerciţii de intuiţie."

În anul 1947, la 33 de ani de la închiderea Şcolii Esoterice datorită primului război mondial, şi la doi ani după terminarea celui de-al doilea război mondial, Marie Steiner, rugată de membrii Societăţii Antroposofice, începu să publice cele mai importante conţinuturi ale Şcolii Esoterice, pentru a opune din ce în ce mai numeroaselor publicaţii consacrate practicilor esoterice orientale (yoga etc.) ceva din metoda esoterică europeană a lui Rudolf Steiner. "Ceea ce m-a preocupat, publicând aceste sfaturi atente date personal de dr. Steiner, a fost gândul că se poate oferi din curentul rozicrucian ceva ce ar corespunde mai bine timpurilor decât metodele decadente tibetane şi indiene... Cred că, mai ales în Germania este nevoie de aşa ceva ca replică la reţetele tibetane şi americane de respiraţie." (Marie Steiner, scrisoare din 1 februarie 1948). Un prim caiet a apărut în 1947, un al doilea în 1948, iar al treilea, la a cărui alcătuire mai lucra cu puţin înainte de a muri, a apărut în 1951. Deoarece cu aceste trei caiete erau publicate, datorită Mariei Steiner, cele mai esenţiale exerciţii cu valabilitate generală, date înainte de toate în cadrul Şcolii Esoterice, în această nouă ediţie orânduirea concepută de ea a fost lărgită şi regrupată doar în mică măsură.

Textele au fost din nou verificate pe baza documentelor de care dispunem; s-a procedat la o comparare minuţioasă a celor scrise cu manuscrisele, în măsura în care care există în arhivă. Pentru o justă apreciere a textului, trebuie ţinut seama că la lecţiile esoterice nu era permis să se ia note. Toate însemnările existente azi au fost puse pe hârtie din memorie de diferiţi participanţi. O excepţie a constituit-o lecţia ţinută la Berlin la 24 octombrie 1905, pe care Rudolf Steiner însuşi a rezumat-o. în scris. Trebuie deci admisă posibilitatea ca în toate celelalte însemnări de la astfel de ore să se fi strecurat, din acest motiv, posibile greşeli.

Rudolf Steiner

ÎNDRUMĂRI PENTRU O EDUCAŢIE ESOTERICĂ

GA 42/245

INDICATII

1. *Misiunea ştiinţei spirituale*: Notele de la această prelegere, nedatată, ţinută la Berlin probabil în 1903 sau 1904 provin de la Marie Steiner von Sivers.

2. *Cuvânt al lui Hegel*: Textual: "Gândul cel mai profund este unit cu figura lui Christos, cea istorică şi cea exterioară, şi tocmai aceasta este măreţia religiei creştine că ❙ cu toată această profunzime ❙ ea este uşor de înţeles dintr-un punct de vedere exterior şi în acelaşi timp invită la o mai profundă pătrundere. Ea este astfel potrivită pentru orice treaptă de educaţie şi totodată satisfface cele mai înalte exigenţe." Din "Prelegeri asupra filozofiei istoriei" Secţiunea a III-a, cap. 2: Creştinismul, Vol. 9, pag. 403 din Ediţia completă, Ediţia a 3-a, Berlin 1848.

3. *acea veche carte*: se referă la geometria lui Euclid.

4. *Cerinţe generale...*: Sub această denumire au fost aşternute pe hârtie de către Rudolf Steiner, pentru multiplicare, aşa numitele exerciţii secundare, în octombrie 1906, după ce ele fuseseră deja expuse anterior în ciclul de prelegeri ***În faţa porţii Teosofiei*** (Stuttgart, august/septembrie 1906), ediţia completă, Dornach 1967, Bibl. Nr. 95. Legenda persană despre Christos Isus (pag. 16) se găseşte în: "Note şi studii pentru o mai bună înţelegere a divanului apuseano-răsăritean ❙ Generalităţi" de Goethe.

5. Reguli în continuarea "Cerinţelor generale": Acest text a fost aşternut pe hârtie de către Rudolf Steiner aproximativ în anul 1907, de asemenea pentru multiplicare. Pe atunci titlul suna: "Reguli pentru toţi cei care s-au străduit deja să îndeplinească acele cerinţe care le-au fost puse în prima circulară (lecţie)."

6. Pentru zilele săptămânii: Pentru ediţia de faţă a fost folosit un alt original decât cel care era la dispoziţie pentru tipărirea caietului al III-lea "Din conţinuturile şcolii esoterice", Dornach 1951. Un manuscris original al lui Rudolf Steiner nu există însă în arhivă. Compară pentru aceste exerciţii capitolul "Despre unele efecte al iniţierii" în ***Cum se dobândesc cunoştinţe despre lumile superioare?*** ediţia completă, Dornach 1961, Bibl. Nr.10, precum şi ciclul de conferinţe ***Evanghelia după Luca***, ediţia copletă, Dornach 1967, Bibl. Nr. 114, prelegerea a III-a.

7. *Cele doăsprezece virtuţi asupra cărora trebuie meditat şi care trebuie avute în vedere*: Această denumire şi transpunere în germană a virtuţilor lunilor, date probabil de E. P. Blavatskz în engleză, precum şi dezvoltarea ("duce la...") provin de la Rudolf Steiner. În ceea ce priveşte transpunerea indicaţiilor engleze în germană, există în transcriere unele variante rescrise în paranteză pentru identificare. Un text original nu există însă în arhivă. Se tipăreşte pentru prima oară în această ediţie.

8. *Două din exerciţiile principale cu valabilitate generală*: Aceste exerciţii principale date tuturor, sau cel puţin unui cerc de discipoli, au fost probabil scrise, împreună cu exerciţiile secundare "Cerinţe generale...", în octombrie 1906 în vederea multiplicării. Pentru exerciţiul I există manuscrisul, pentru exerciţiul II ❙ publicat pentru prima oară în ediţia de faţă ❙ există numai un exemplar provenit din multiplicare. Denumirea "Conţinut al unei singure ore esoterice", dată pentru exerciţiul I la editarea în caietul I din "Conţinuturi ale şcolii esoterice", provine dintr-o eroare.

9. *O formulare mai individualizată a mantrei de mai sus*: Pentru prima publicare a acesteia, deja Marie Steiner a folosit un manuscris pus la dispoziţie de Johanna Mücke, directoarea Editurii filozofico-antroposofice, care primise probabil acest text de la Rudolf Steiner personal.

10. *Alcoolul trebuie absolut evitat*: Această cerinţă avea o valabilitate generală în şcoala esoterică şi a fost menţionată doar în primele timpuri; ulterior era înţeleasă de la sine.

11. *Explicaţii la cele două exerciţii principale cu valabilitate generală*: Aici nu e vorba ❙ cum s-a admis în ediţia din 1968 ❙ de note de la lecţia esoterică, ci ❙ cum s-a putut stabili între timp ❙ de un text scris de Rudolf Steiner, din al cărui manuscris a fost găsită o foaie. Textul a fost scris probabil în 1906/1907, simultan cu exerciţiile principale cu valabilitate generală.

12. *Exerciţii principale date individual diferiţilor discipoli*: Exerciţiile cuprinse în această parte nu pot fi determinate deocamdată mai precis temporal. Se prea poate ca unele din ele să fi fost date abia după întreruperea şcolii esoterice. Pentru tipărire au stat la dispoziţie următoarele originale :
    Exerciţiul I: Manuscris original al lui Rudolf Steiner.
    Exerciţiul II: Manuscris Marie Steiner.
    Exerciţiul III: Manuscris Marie Steiner cu observaţia: "dat unui rus care călătorea la Helsinkfors la curs". Marie Steiner l-a tradus pentru acela în limba rusă.
    Exerciţiul IV: A fost reprodus încă de la prima tipărire după transcrierea de care dispunea Marie Steiner.
    Exerciţiul V: Manuscris original al lui Rudolf Steiner. Prima tipărire la ediţia engleză "Verses and Meditations by Rudolf Steiner", Londra 1961.
    Exerciţiul VI: Originalul nu există în arhivă. Prima apariţie în ediţia engleză, ca mai sus.
    Exerciţiul VII: Manuscris original Rudolf Steiner. Prima tipărire ca mai sus.
    Exerciţiul VIII: Ca pentru exerciţiul III.

Exerciţii IX - X: Manuscris original Rudolf Steiner.
Exerciţiul XI: Ca pentru exerciţiul V.
Exerciţii XII - XIII: Manuscris original Rudolf Steiner. Prima tipărire în această ediţie.

13. *Meditaţii care cuprind esenţa fiinţa temporală a ierarhiilor*: Această denumire a fost dată de Marie Steiner pentru prima tipărire în caietul al III-lea "Din conţinuturile şcolii esoterice". Textul pus în frunte a fost extras din scrisoarea adresată în 4 august 1907 unui discipol personal. Al optulea aforism: "După fiecare zi" a fost dat aşadar mai târziu. Pare foarte probabil că la început aceste meditaţii au fost date doar câtorva persoane şi că abia mai târziu au devenit de uz general, căci o menţionare a lor în lecţiile esoterice colective se găseşte doar din 1909. Textul a fost reprodus după un manuscris original al lui Rudolf Steiner în care lipseşte antepenultimul vers, ❙ din care cauză şi în prima tipărire din Caietul al III-lea "Din conţinuturile şcolii esoterice" ❙ în meditaţia de vineri pentru sâmbătă. Acesta a fost probabil intercalat mai târziu de Rudolf Steiner căci, în diversele manuscrise existente, printre care ale Mariei Steiner, acest rând este cuprins.

14. *În spirit se afla germenele trupului meu…*: Această meditaţie a fost de la început valabilă pentru toţi discipolii şi a fost probabil dată pentru prima oară în octombrie 1906. În orice caz, se găseşte o primă menţionare în notele Mariei Steiner a orei esoterice din 2 octombrie 1906. Există un manuscris al lui Rudolf Steiner cu textul acestei meditaţii. El prezintă unele deosebiri insignifiante însă, faţă de textul reprodus aici, după cel tipărit pentru prima oară. Pentru prima tipărire Marie Steiner a folosit un text ce i-a fost pus la dispoziţie de un membru al şcolii esoterice. Probabil că mai târziu Rudolf Steiner a modificat ceva şi în textul acestei meditaţii.
Există o comunicare a unui membru al şcolii esoterice care ne informează că, în lecţiile esoterice, înaintea acestei mantre, Rudolf Steiner spunea mereu aforismul rosicrucian: Ex Deo nascimur ❙ in Cristo morimur ❙ per Spiritum Sanctum reviviscimus - iar în continuare: "Şi maestrul înţelepciunii şi armoniei trăirii dă explicaţia: În spirit odihnea germenele trupului meu..."

15. *Privesc în întuneric..*: Această meditaţie a fost dată şi explicată de Rudolf Steiner în prelegerea ţinută la Londra la 2 Septembrie 1923 şi a fost tipărită în ***Ştiinţa iniţiatică şi cunoaşterea stelelor***, ediţia completă, Dornach 1964, Bibl. Nr. 228. Deşi meditaţia nu a fost dată în legătură cu şcoala esoterică, a fost totuşi păstrată în această nouă ediţie deoarece Marie Steiner o publicase în caietul al II-lea "Din conţinuturile şcolii esoterice", probabil pentru că Rudolf Steiner o defineşte ca "un fel de meditaţie pentru dobândirea eului", ale cărei cuvinte "pot fi scrise în sufletul oricărui om al zilelor noastre".

16. În legătură cu aceste cinci meditaţii, care au fost date unor discipoli diferiţi, nu se poate stabili dacă darea lor s-a petrecut în cadrul sau în afara şcolii esoterice.

17. *O, Spirit Divin, umple-mă*: după un manuscris original al lui Rudolf Steiner. Cunoscută sub denumirea: "Rugăciune pentru cei bolnavi".

18. *Se revelează sufletul lumii*: Pusă la dispoziţia Mariei Steiner de către destinatarul meditaţiei, pentru tipărire în ediţia a doua a caietului I "Din conţinuturile şcolii esoterice". Manuscrisul original nu există în arhivă.

19. *Soarele străluceşte*; *Port linişte în mine*; *Spirit biruitor*: Publicate de Marie Steiner în "Din conţinuturile şcolii esoterice" după un text ce i-a stat la dispoziţie.
Manuscrisele originale nu se găsesc în arhivă.

20. Denumirea: "Cuvinte meditative care cuprind voinţa" pentru meditaţia " Spirit biruitor..." a fost dată de Marie Steiner la prima publicare în "Din conţinuturile şcolii esoterice". Într-un text ce ne stă la dispoziţie se numeşte "Rugăciune pentru curaj." În penultimul rând apare textul "Walt als Quelle", precum şi în două texte existente cu aceleaşi cuvinte, şi nu ca în prima tipărire "Waltet als Quelle".

21. *Pentru un decedat*: Dintr-o scrisoare a lui Rudolf Steiner către un membru, din 31 Decembrie 1905. Vezi de asemenea ***Morţii noştrii***, ediţia completă, Dornach 1963, Bibl. Nr. 261.

22. *Lecţie esoterică de la Berlin, din 24 octombrie 1905*: Aceasta este singura lecţie esoterică notată de Rudolf Steiner însuşi. Redactarea ei a avut loc pentru doamna Anna Wagner din Lugano, care nu putuse fi de faţă la lecţie. Aforismul citat: "Mai strălucitoare decât soarele…" nu este de Rudolf Steiner, ci este meditaţia pe care o primeau toţi discipolii şcolii esoterice din Theosophical Society, ca prim lucru. În textul original englez se spune:

"More radiant than the sun"
Purer than snow
Subtler than the ether
Is the Self
The Spirit of my heart.
I am this Self
This Self am I."

şi există în multe limbi. E de presupus că traducerea ei în germană fusese preluată de Rudolf Steiner. Mai târziu a înlocuit această formulă meditativă prin cea creată de el însuşi: "În razele pure ale luminii / Străluceşte divinitatea lumii..."

23. *Note de la lecţia esoterică de la Berlin, din Vinerea Mare, 13 aprilie 1906*: Text după manuscrisul existent al unui auditor. Aforismul de la sfârşit "Sine originară, din care am ieşit..." se găseşte într-o altă formă, în "Wahrspruchworte" (***Maxime***) ediţia completă, Dornach 1968, Bibl Nr 40. Pentru expresia: Discipolul yoga face exerciţii de respiraţie (pag. 97) compară descrierea căii de iniţiere orientală, creştină, şi creştin-rosacruciană în volumele: ***În faţa porţilor teosofiei***, ediţia completă, Dornach 1964, Bibl. Nr.95; ***Teosofia rosacrucianului***, ediţia completă, Dornach 1962, Bibl. Nr.99.

24. *Note de la lecţia esoterică de la Berlin, din 2 octombrie 1906*: Primul text după un manuscris existent al Mariei Steiner, în care Rudolf Steiner a făcut cu propria-i mână desenul; al doilea text, după manuscrisul existent al unui alt auditor. Prima tipărire în această ediţie. Cu privire la epocile menţionate ale dezvoltării umane: a cincea, a şasea rasă originară, ş.a.m.d., compară ***Ştiinţa ocultă în rezumat***, ediţia completă, 1968 Bibl. Nr. 13.

25. *Note de la lecţia esoterică de la Berlin, din 14 noiembrie 1906*: Text după notele de mână, existente, ale unui auditor.

26. *Note de la lecţia esoterică de la München, din 6 iunie 1907*: Text după notele de mână, existente, ale unui auditor. Prima tipărire în această ediţie.

27. *Note sumare de la lecţia esoterică de la Berlin, din 9 octombrie 1907*: Text după notele de mână, existente, ale unui auditor.

28. Corecturi faţă de prima tipărire în Caietul I "Din conţinuturile şcolii esoterice", care fuseseră avute în vedere încă de Marie Steiner pentru o nouă ediţie:
Anul 1250 indicat în paragraful: "În anul 1250 a început un curent spiritual care a atins apogeul în 1459..." l-a înlocuit pe "1050" iniţial, după toate probabilităţile, o eroare a însemnărilor celui care luase note; comp. în această privinţă indicaţiile lui Rudolf Steiner în ***Conducerea spirituală a omului şi a omenirii***, ediţia completă, Dornach 1963, Bibl. Nr. 15, precum şi ***Creştinismul esoteric şi conducerea spirituală a omenirii*** ediţia completă, Dornach 1962, Bibl. Nr 130.
Mai departe, în acelaşi paragraf, a fost corectată indicaţia referitoare la începutul epocii lui Gabriel, din "1050 " în "1510 ", după următoarele însemnări din caietul de notiţe al lui Rudolf Steiner la ciclul de prelegeri ***Conştienţa iniţiaţilor***, (Torquai, august 1924), ediţia completă, Dornach 1960, Bibl. Nr. 243:

1879 - 1510 Gabriel (Luna)	850 - 500 Zahariel (Jupiter)
1510 - 1190 Samuel (Marte)	500 - 150 Ariel (Venus)
1190 - 850 Rafael (Mercur)	150 - 200 î.Chr. Orifiel (Saturn)

Trebuie precizat că epoca lui Mihael e socotită de la 1879 până aproximativ la 2300. O expunere amănunţită a însemnătăţii anului 1879 se găseşte bunăoară în volumul "Temeliile spirituale ale lumii exterioare. Prăbuşirea spiritelor întunericului", ediţia completă, Dornach 1966, Bibl. Nr. 177.

29. *Note de la lecţia esoterică de la München, din 16 Ianuarie 1908*: Text după notele de mână, existente, ale unui auditor. Prima tipărire în această ediţie. Pentru precizări comp. conferinţa ţinută la Dornach la 3 Ianuarie 1915: "Despre existenţa jupiteriană viitoare şi fiinţele ei" în ***Arta în lumina înţelepciunii misteriilor***, ediţia completă, Dornach 1966, Bibl. Nr. 275.

30. *Note de la lecţia esoterică de la Berlin, din 26 Ianuarie 1908*: Extras din notele luate în expunerea de altfel asemănătoare aceleia pe care Rudolf Steiner o ţinuse la Berlin la 16 Ianuarie 1908

31. *Alocuţiune la punerea pietrei fundamentale a edificiului de la Dornach*: Această alocuţiune ţinută în încheierea acţiunii festive a punerii pietrei fundamentale, şi întru totul în felul unei lecţii esoterice, fusese inclusă de Marie Steiner în publicaţiile "Din conţinuturile şcolii esoterice". Textul alocuţiunii ❙ deşi lacunar ❙ s-a păstrat numai datorită faptului că un auditor cunoscător al stenografiei s-a străduit, în ciuda condiţiilor nefavorabile ❙ pe vreme urâtă şi la lumină de făclii, căci festivitatea a avut loc la sfârşitul lunii septembrie, între 18,30 şi 20,30 ❙ să ia note pe spatele unui vecin. Manuscrisul transcrierii făcută de el acestor notiţe se află azi la arhivă. Unele corecturi şi intercalări în raport cu prima tipărire se bazează pe comparaţia cu manuscrisul, iar unele corecturi următoare la sens [32, 33, 34] se datorează Mariei Steiner:

32. *a pornit în ţările din Apus*: în notiţe stă scris "a fost eliberată".

33. *dacă acel strigăt plin de dor după spirit n-ar fi auzit*: în notiţe stă scris: "nu ar avea loc".

34. *atacul ahrimanic al maurilor*: în notiţe urmează propoziţia: "pe când s-a mutat aici, venind din partea cealaltă, mai întâi bunul Ahriman", care din pricina neinteligibilităţii ei, (probabil şi a faptului că nu este completă), a fost lăsată la o parte încă de Marie Steiner cu ocazia primei tipăriri.

35. *învelişurile veşnice ale lumii*: În ediţiile anterioare stă scris: "Hülle" în loc de "Hyle", probabil o greşeală de transcriere.

36. *Ca prima din cea de a cincea Evanghelie*: Explicaţii suplimentare în ***Din cercetarea în cronica akaşa ¦ Evanghelia a cincea***, ediţia completă, Dornach 1963, Bibl. Nr. 148.

37. *Şi vă veţi putea dovedi mărturisitori ai lumii spirituale cu o gândire de neclintit chiar şi atunci....*: cuvintele de încheiere ale celei de-a patra dintre dramele misterii ***Trezirea sufletelor***, în "Patru drame misterii", ediţia completă, Dornach 1963, Bibl. Nr. 14.

38. *Exegeza la "Lumina pe cale" de Mabel Collins*: Această "Scriere spre folosul celor care, nefamiliarizaţi cu înţelepciunea Orientului, năzuiesc să păşească sub influenţa acesteia", foarte cunoscută în cadrul Societăţii Teosofice, scrisă de teosoful englez Mabel Collins (1851-1927), a fost tradusă în anii 80 în germană de către baronul Oskar von Hoffmann. Rudolf Steiner a scris prima parte a exegezei sale la Crăciunul anului 1903 iar a doua parte în vara anului 1904, adăugând la sfârşit, "Continuarea în cel mai apropiat viitor". Această continuare nu a venit. Expresiile indiano-teosofice, încă în uz pe atunci, trebuie înţelese în felul următor din punctul de vedere al terminologiei antroposofice:
Pag. 132 Kama Manas = sufletul raţiunii
Pag. 133 Kama = trup astral
Pag. 136 Pralaia = intervalul de timp dintre două încorporări ale planetei Pământ, în contrast cu intervalul de timp dintre două încorporări ale omului = Manvantara
Pag. 136 Pitri = străbun
Dangma = văzător
K.H = denumire pentru Koot Hoomi, un "maestru" al Societăţii Teosofice; comp. ultima indicaţie de la pag. 167
trupul mental = eul inferior (obişnuit)
În legătură cu afirmaţiile din a doua parte a exegezei, comp. ***Din cronica akaşa***, ediţia completă, Dornach 1964, Bibl. Nr.11.

39. *Mai strălucitoare decât soarele / Mai curată decât zăpada:...* " comp. nota 22.

40. *Meditaţie în legătură cu "Lumina pe cale"*: La începutul şcolii esoterice, Rudolf Steiner dădea adeseori ca text pentru meditaţie mica

scriere " Lumina pe cale" şi în mod deosebit primele ei patru fraze. Această meditaţie dată în mai-iunie 1904 şi tipărită aici pentru prima oară, a fost unul dintre primele exerciţii principale cu valabilitate generală date de Rudolf Steiner în cadrul şcolii esoterice, din care cauză mai sună şi aici formula "Mai strălucitoare decât Soarele / Mai curată decât..." comp. nota 22.

41. *Exegeză la "Vocea liniştii" de H. P. Blavatsky*:. Text după manuscrisul lui Rudolf Steiner. Prima tipărire în această ediţie. Ca şi în exegeza la "Lumina pe cale" întâlnim şi aici, în încheiere: "urmarea în curând", ❙ dar nici aceasta n-a venit. H. P. Blavatsky (1831 - 1891) a fost întemeietoarea Societăţii Teosofice şi a şcolii acesteia esoterice. A se consulta în această privinţă ***Povestea vieţii mele***, ediţia completă, Dornach 1962, Bibl. Nr. 28.

42. *Cel care vrea să audă vocea spiritului*: Traducerea celor două fraze din "Vocea liniştii" este redată aici liber de Rudolf Steiner.

În ceea ce priveşte "maeştrii" de mai multe ori menţionaţi, Rudolf Steiner se referă la individualităţi superior dezvoltate, care sunt de cea mai mare însemnătate pentru evoluţia omenirii. "Aceste măreţe entităţi au străbătut deja drumul pe care restul omenirii îl are încă de mers. Ei acţionează acum ca marii "Învăţători ai înţelepciunii şi ai armoniei trăirilor sufleteşti ale omenirii". (Dintr-o scrisoare către un membru, Berlin, 2 ianuarie 1905). Comp. şi Rudolf Steiner / Marie Steiner-von Sivers, ***Corespondenţă şi documente 1901-1925***, ediţia completă, Dornach 1967, Bibl. Nr. 262

Corecturi

EDIŢIA OPERELOR COMPLETE ALE LUI RUDOLF STEINER

Alcătuită după: Rudolf Steiner – Opera literară şi artistică.
O privire de ansamblu bibliografică
(Numărul bibliografic, *cursiv* în paranteze)

A. SCRIERI

I. Opere (GA1-28)

Scrierile goetheene de ştiinţe ale naturii, editate şi comentate de R. Steiner, 5 volume, 1883-97, ediţie nouă 1975 (*GA 1a-e*); ediţie separată a Introducerilor, 1925 (*GA 1*)
Linii fundamentale ale unei teorii a cunoaşterii în concepţia goetheană despre lume,1886 (*GA 2*)
Adevăr şi ştiinţă. Preludiul unei „Filosofii a libertăţii", 1892 (*GA 3*)
Filosofia libertăţii. Trăsături fundamentale ale unei concepţii moderne despre lume, 1894 (*GA 4*)
Friedrich Nietzsche, un luptător împotriva timpului său, 1895 (*GA 5*)
Concepţia despre lume a lui Goethe, 1897 (*GA 6*)
Concepţia despre lume a lui Goethe, 1897 (*GA 6*)
Mistica la începuturile vieţii spirituale contemporane şi legătura ei cu concepţia modernă despre lume, 1901 (*GA 7*)
Creştinismul ca fapt mistic şi misteriile Antichităţii, 1902 (*GA 8*)
Teosofie. Introducere în cunoaşterea suprasensibilă a lumii şi menirea omului, 1904 (GA 9)
Cum se dobândesc cunoştinţe despre lumile superioare? 1904-05 (*GA 10*)
Din Cronica Akasha, 1904-08 (*GA 11*)
Treptele cunoaşterii superioare, 1905-08 (*GA 12*)
Ştiinţa ocultă în rezumat, 1910 (*GA 13*)
Patru drame-misterii, 1910-13 (*GA 14*)
Conducerea spirituală a omului şi a omenirii, 1911 (*GA 15*)
Calendar sufletesc antroposofic, 1912 (în *GA 40*)
Un drum către cunoaşterea de sine a omului, 1912 (*GA 16*)
Pragul lumii spirituale, 1913 (*GA 17*)
Enigmele filozofiei – O expunere schiţată a istoriei acestora, 1914 (*GA 18*)
Despre enigma omenească, 1916 (*GA 20*)
Despre enigme sufleteşti, 1917 (*GA 21*)
Spiritualitatea lui Goethe manifestată în „Faust" şi în basmul „Despre Şarpele verde şi frumoasa floare de crin", 1918 (*GA 22*)
Puncte centrale ale problemei sociale în necesităţile vieţii prezente şi din viitor, 1919 (*GA 23*)
Articole asupra structurii tripartite a organismului social şi asupra situaţiei momentului, 1915-21 (*GA 24*)
Cosmologie, religie şi filosofie, 1922 (*GA 25*)
Teze antroposofice, 1924-25 (*GA 26*)
Fundamente pentru extinderea artei vindecării pe baza cunoştinţelor ştiinţei spirituale, 1925. De Dr. Rudolf Steiner şi Dr. med. Ita Wegman (*GA 27*)
Viaţa mea, 1923-25 (*GA 28*)

II. Articole (GA 29-37)

Articole referitoare la dramaturgie 1889-1901 (*GA 29*)
Fundamente metodice ale antroposofiei 1884-1901 (*GA 30*)
Articole referitoare la cultură şi istorie 1887-1901 (*GA 31*)
Articole referitoare la literatură 1886-1902 (*GA 32*)
Biografii şi schiţe biografice 1894-1905 (*GA 33*)
Articole din „Lucifer-Gnosis" 1903-1908 (*GA 34*)
Filosofie şi antroposofie 1904-1918 (*GA 35*)
Articole din „Das Goetheanum" 1921-1925 (*GA 36*)

III. Publicaţii postume (GA 38-50)

Scrisori – Maxime – Prelucrări pentru scenă – Schiţe pentru cele patru drame-misterii 1910-1913 – Antroposofie. Un fragment din anul 1910 – Schiţe şi fragmente – Din carnetele de note şi de pe foi separate – (*GA 38-47*)

B. CONFERINŢE

B.I. Conferinţe publice (GA 51-89)

Cicluri de conferinţe publice la Berlin, 1903/1904 până în 1917/18 (*GA 51-67*)
Cicluri de conferinţe şi cursuri la şcoli superioare, în alte locuri din Europa 1906-1924 (*GA 68-84*)

B.II. Conferinţe ţinute în faţa membrilor Societăţii Antroposofice (90-270)

Conferinţe şi cicluri de conferinţe cu conţinut general-antroposofic – Christologie şi comentarii ale Evangheliilor – Cunoaşterea spiritual-ştiinţifică a omului – Istorie cosmică şi istorie umană – Fundalul spiritual al problemei sociale – Omul în legătura sa cu Cosmosul – Consideraţii asupra karmei – (*GA 91-244*)
Conferinţe şi scrieri referitoare la istoria mişcării antroposofice şi a Societăţii Antroposofice (*GA 251-263*)

B.III. Conferinţe şi cursuri asupra unor domenii particulare ale vieţii (GA 271-354)

Conferinţe despre artă: Arta în general – Euritmie – Arta vorbirii şi arta dramatică – Muzică – Arte plastice – Istoria artei (*GA 271-292*)
Conferinţe referitoare la educaţie (*GA 293-311*)
Conferinţe referitoare la medicină (*GA 312-319*)
Conferinţe referitoare la ştiinţele naturii (*GA 320-327*)
Conferinţe referitoare la viaţa socială şi tripartiţia organismului social (*GA 328-341*)
Conferinţe pentru preoţii comunităţii creştine (*GA 342-346*)
Conferinţe pentru muncitorii care lucrau la construcţia Goetheanumului (*GA 347-354*)

C. OPERA ARTISTICĂ

Reproduceri ale schiţelor grafice şi a celor pictate de Rudolf Steiner, în albume sau foi separate: Schiţe pentru pictura primului Goetheanum – Schiţe pentru exersarea picturii – Placate cu programul reprezentaţiilor de euritmie – Forme pentru euritmie – Schiţe pentru figurile de euritmie – Desene la tablă din timpul conferinţelor, ş. a. *(GA K 12-58)*

Fiecare volum poate fi obţinut separat.
Volumele din Operele Complete sunt alcătuite unitar în cadrul fiecărei grupe.